

ШТО ТРЕБА ДА ЗНАЄ



СЕКООЕ ПРАВОСЛАВНО ДЕВОЈЧЕ



**ШТО ТРЕБА
ДА ЗНАЕ СЕКОЕ
ПРАВОСЛАВНО
ДЕВОЈЧЕ**

*Со благослов на Неѓовојџо Високојпреосвешџенсџиво
Миџројџолиџ Дебарско-кичевски и Плаошко-
сџрушки Г-дин Тимоџеј*

Издава:

Бигорски манастир „Св. Јован Крсџиџел“

Уредник:

Архимандрит Партениј (Фидановски)

Приредила:

Монахиња Варвара (Ристова)

Превод од руски јазик:

Аргирета Атева

Наслов на ориџиналојџ: „Что необходимо
знать каждой девочке.“

Поредица ***Исџина и целомудрие***, Даниловский
благовесник, 1998г.

Корици и џехничко уредување:

Трајче Дамјаноски

Лекџура:

Бобан Митевски

Сџонзорира и џечайџи: Херакли Комерц

Алексеј Грачов

**ШТО ТРЕБА ДА ЗНАЕ СЕКОЕ ПРА-
ВОСЛАВНО ДЕВОЈЧЕ**
или доверливи разговори
за најважното

**Под редакција на свештеник
Алексеј Грачов,
лекар педијатар**

Бигорски манастир
„Св. Јован Крстител“
2008



СОДРЖИНА

Предговор

1 ДЕЛ

Госїод ѓи дава децаїѡа

Разговор I
Разговор II
Разговор III
Разговор IV
Разговор V

2 ДЕЛ

Хиѓиенаїѡа на девојчеїѡ

Разговор I
Разговор II
Разговор III
Разговор IV
Разговор V

3 ДЕЛ

Пред лицето на искушенијата

Разговор I

Разговор II

Разговор III

Разговор IV

ПРЕДГОВОР

Семејството е основната клетка на општеството, аголен камен врз кој се темелат иднината и развојот на секоја заедница. Во Православната црква, семејството е света заедница, мала црква, каде што луѓето се учат на љубов кон Бога и кон ближниот и се трудат за спасение на своите души. Соединети преку благодатта на Светиот Дух во светата тајна брак, мажот и жената го одразуваат односот на нашиот Господ Исус Христос со Црквата, однос што е исполнет со безгранична љубов, со нежност, со меѓусебно разбирање и со жртва. Семејството е она топло место каде што се негува искрата на верата, каде што децата ги стекнуваат основните вредности, ја обликуваат душата и го зацртуваат патот на спасението, растејќи до полнотата на животот во Христа.

Само православноото семејство што го запазило и го негува Светото предание¹, може да создаде христоцентрична и топла средина за правилно воспитување на своите деца, дарувајќи им притоа духовно оружје со кое ќе можат да ги победат искушенијата, да се борат со гревот и да живеат примерен и морален живот, и така да преминат во вечноста на идниот живот збогатени со духовна сила. Таму каде што отсуствува преданието, младите поколенија, лишени од заштитата што им ја

¹ Самиот збор го покажува тоа што ни го предава во наследство Црквата која, пак, сето тоа го примила од Христос. Во најширока смисла на зборот, Преданието е она е што се однесува на нашето прадедовско наследство.

нуди православното воспитание на Црквата, талкаат низ лавиринтите на гревот и на страстите и честопати стануваат жртви на погибелни пороци, кои ги водат кон телесна и духовна пропаст.

Токму затоа, сметам дека оваа книга е многу неопходна во овие актуелни времиња, зашто претставува вистинско практично четиво што ќе им го покаже патот на многу православни семејства и ќе помогне во стремежот за правилно воспитување на децата. Таа е подеднакво поучна и интересна и за децата и за родителите, зашто изобилува со многу совети и практични примери, кои од педагошко-православен аспект ги допираат и анализираат најактуелните проблеми на денешната младина.

Со љубов,

Архимандрит Партениј
Игумен на светиот Бигорски манастир



ПРЕДГОВОР

Карактерното воспитување на детето се врши во семејството, коешто е самостоен духовен и физички организам. Затоа е навистина многу тешко да се процени значењето на примерот на родителите во тој процес. „Крушата не паѓа далеку од дрвото“ - вистинитоста на оваа поговорка повторно и повторно се потврдува: детето уште од лулката ги имитира во многу нешта својата мајка и својот татко. И благосостојба е ако родителите живеат благочестиво - тоа е голема придобивка дека и детето, гледајќи го нивниот живот во секој изминат ден и подражавајќи го, ќе се привикне кон благочестие и ќе живее духовен живот.

Православното семејство е наречено „домашна црква“. Тоа, по примерот на Црквата, има своја, домашна хиерархија: таткото се покорува на Бога, мајката на таткото, децата - на таткото и на мајката. Такво е семејното дрво што расте правилно, со здрави корени и зелени гранки. За аголен камен на семејните односи треба да биде поставен духот на заедното разбирање и заедната љубов, којшто го проповеда Црквата, и што е израз на надворешниот црковен живот. Во односот меѓу родителите и децата не треба да има недоверба, лага, отфрлање на добрините. Но довербата и љубовта ни најмалку не го исклучуваат принципот на послушност и дисциплина - здравата основа на воспитувањето.

Во денешно време, во световното семејно воспитување господари еден друг принцип - демократскиот принцип на еднаквост на родителите и децата. По-

стои мислење, кое дошло кај нас од т.н. „слободни земји“, дека детето е личност што се развива сама, која би требало да расте „непотпомогнато“ (слободно), без да наидува на какви и да било „препреки“ во развојот. На детето, што е воспитано во тој систем, сè му е дозволено, сите барања и желби веднаш му се задоволуваат. Некои родители така ја искажуваат својата љубов кон децата, што ќе им дозволат сè - со часови да гледаат телевизија, да шетаат (поточно да скитаат) по улиците колку што сакаат, да прават сè што ќе им дојде на ум. Православната црква категорично го одбива тој став. Нашата културна традиција на воспитување, зачувана во текот на многу векови, помага во развојот на личноста на детето, не по пат на седозволеното и безмерно развивање на неговото его, туку напротив, по пат на обучување за воздржливост.

Во основа, ако накратко ја определиме суштината на православниот систем на воспитување ќе заклучиме дека тоа е стремежот детето да биде воведено во зрелиот, иден живот, преку тесната врата на послушноста и воздржливоста, кои ќе му овозможат како резултат самостојно да се противстави на злото што е во него и надвор од него. Само таквото воспитување може да го научи детето правилно да се ориентира во светот, да гради правилни односи со луѓето и можеби ќе го заштити и од психички нарушувања и болести.

Денешната модерна седозволеност и т.н. „слободно воспитување“ водат, пред сè, до нарушување на правилните хиерархиски односи во семејството. Детето престанува наполно да ги почитува родителите, започнува да зборува со невнимание со нив, си дозволува да го понижува нивното достоинство, а во поодмината возраст се оддалечува од нив.

Зошто повозрасните деца се одделуваат од домашното огниште? Повторно, по сила на тоа што, развратени од седозволеноста, се стремат кон нови и нови наслади, кон нови и уште неиспитани чувства. Колку се повозрасни, во нив сè посилно дејствуваат страстите, со кои тие не се навикнати да се борат.

Воспитувајќи го детето, родителите формираат во него, волно или неволно, со зборови, дела и со својот пример, систем од идеали и авторитети. Воспитувањето во црковното семејство го доведува детето до вишиот идеал - до Христос, и ако детето го усвои Тој идеал, сите други вредносни системи отстапуваат пред Него од детската душа, затоа што не издржуваат никакво споредување со Него. А главен авторитет за детето треба да бидат неговите родители, таткото и мајката - во спротивно нивното место неизбежно ќе биде заземено од други луѓе.

Во книгата *Што треба да знае секое православно девојче*, е направен обид да се раскажува за семејство во кое царува духот на љубов и доверба, и во кое, во исто време, децата се воспитуваат во послушност кон родителите. Мајката на девојчето се јавува и како главен авторитет, и како пријател, со кој ќе може отворено да се решат најсложените, дури и „недолични“ прашања што го вознемируваат возрасното дете. Можно е некои проблеми од воспитувањето да не се доволно објаснети во книгата, но сепак мислиме дека за мнозина ќе биде интересна и корисна.

Свештеник Алексеј Грачов
иједијар



1 ДЕЛ

Господ ѝи дава децајѝа

Прв пат во својот живот, Кате се разделуваше од мајка си. Цели две недели Кате беше на гости кај баба ѝ и многу ѝ беше тешко за дома. Минатите неколку дена ниту по телефон го немаше чуено саканиот мајчин глас. Каде е таа?! Возрасните одговараа дека мајка ѝ е болна, но дека наскоро ќе оздравее... На крај пристигна татко ѝ на Кате.

- А каде е мама? - праша девојчето.

- Дома. Те чека. Ти приготвила изненадување...

Мајка ѝ ги пречека на прагот на куќата. Изгледаше малку изморена, ама блескаше од радост.

- Слава Му на Бога, пристигнавте! - рече таа и ја прегрна Кате. Потоа го стави прстот на усните и ѝ даде знак да биде тивка, па ја поведе со себе во спалната соба. Кате се потсети дека таму ја чека изненадувањето што ѝ беше ветено...

Две недели ја немаше видено таа соба и сега не можеше да ја препознае. Во неа царуваше полумрак; ролетните беа спуштени и пламенот од кандилото силно светеше пред иконата. Мебелот беше преместен поинаку, големиот шкаф стоеше напреку и одделуваше едно катче. А најважното - во аголот до сидот имаше едно мало дрвено креветче со преграда, исто како што беше поранешното креветче на Кате. Зошто е тука? Срцето на Кате почна силно да бие, претчувствувајќи нешто необично; таа се приближи и виде... малечко, црвено и збрчкано лиценце со затворени очиња.

- Детенце! - се зачуди таа. - Чие е?
- Наше е. Тоа е твоето братче.
- Братче? Од каде дојде? Кој го донесе? И зошто е такво... грдо?

- Според мене тоа е многу убаво, - со насмевка ѝ одговори мајката.

- Дури ми се чини дека никогаш немало толку убаво детенце во светот! Освен едно - девојчето Кате...

- Како? И јас ли изгледав како него?

- Се разбира, вие сте братче и сестричка. Почекај, тој ќе порасне и ќе стане поубав. Но ние и сега го сакаме, нели?

Но Кате никако не можеше да разбере што се случило.

- Значи, тоа ќе остане кај нас? А од каде дојде?

- Се разбира дека ќе остане кај нас. Ни го даде Господ за сите заедно да можеме - и јас, и татко ти, и ти - да го сакаме, да се грижime за него и да го воспитуваме.

- Ни го даде Господ? А како се вика?

- Сè уште нема име. Име се дава за време на крштевањето, во чест на некој светител. А твоето братче сè уште не е крстено. Заедно ќе му одбереме име и потоа ќе одиме во црква за да го крсти свештеник.

- Значи и тоа како мене ќе оди во црква и ќе се причестува?

- Се разбира дека ќе се причестува. Само што не може сè уште да оди. Ние ќе го носиме со количката во црква. А од каде дојде, ќе ти раскажам следниот пат. Сега оди да се преслечеш, измиј си ги рацете и седни да вечераш.

Но Кате ја обеспокојуваше уште една мисла.

- Мамо, - нерешително праша таа, - а сега ти мене помалку ли ќе ме сакаш?

Мајка ѝ пак, силно ја прегрна и ја бакна:

- Што зборуваш? Како можам помалку да те сакам? Ти си моето првородено дете. Мојата главна помошничка. Ние заедно ќе се грижиме за твоето братче и никогаш нема да се поделиме.

Минаа уште две недели, и уште две... братчето на Кате го крстија Андреј, во чест на светиот апостол Андреј Првововикан. Кате се чудеше: тоа ништо не јаде, освен млеко од мама, а расте, не со денови, туку со часови. И станува многу убавко! Креветчето уште му стоеше во спалната на родителите, а Кате спиеше и си играше во својата мала детска соба.

Иако мајката беше често зафатена со Андреј, наоѓаше време и за својата ќерка. Понекогаш, откако ќе го заспиеше малиот и ја затвореше вратата на спалната соба, таа одеше во детската соба и започнуваше долг разговор....



РАЗГОВОР I

Луѓето се раѓаат од луѓе. Како живеат и се размножуваат растенијата? Идното растение е скриено во семето. Зошто е важно човек да ги знае својствата на растенијата? Коприва место моркови. Луѓето можат да ги подобруваат разните видови растенија.

- Кате, се сеќаваш ли дека кога за првпат го виде нашиот Андреј, ти постојано ме прашуваше: „Од каде дојде? Кој го донесе?“ - Ако некој го донел од некаде, значи дека тој порано бил некаде. Некои деца точно така мислат, дека има специјална продавница каде што може да се купи детенце... тие, се разбира, грешат. Работата е во тоа дека нашиот Андреј предходно не постоел!

- Не постоел... - повтори Кате.

- Разбираш ли? Ниту кај баба, ниту кај други луѓе, ниту во друг град. Никаде го немало, а потоа се појавил - се родил. А што значи се родил? Тоа е вистинско Божјо чудо - раѓање на нов човек, таков како нашиот Андреј, или како тебе, т.е. воопшто, како секој човек.

Сите луѓе што живеат во светот некогаш биле деца, исто толку слаби и беспомошни, каков што е сега Андреј. Децата пораснале станале возрасни луѓе. Многумина од нив имаат свои деца, кои по извесно време, исто така, ќе бидат возрасни луѓе и во свое време ќе станат татковци и мајки. Тој ред е востановен од Бога од минатите времиња, кога Тој ги создал првите луѓе

Адам и Ева. Тие си родиле деца, нивните деца родиле свои деца и така до ден денес... За да ти ја разоткријам барем малку тајната на раѓањето, ќе започнам од далеку.

Се секаваш ли дека ги набљудувавме дрвјата во нашиот парк како се менуваат во текот на годината? Во есен лисјата им паѓаат, тие стојат натажени како да не се живи... Но во пролет повторно се преродуваат. Гледаш дека во мај тие повторно се зелени, како да немало зима. Зошто е тоа така? Зошто секое растение дава свои плодови? Зошто на местото на старите овенати растенија се појавуваат исти такви, но млади, нови?

Кате молчеше. Таа не знаеше зошто тоа се случува така, но многу сакаше да дознае.

- Затоа што, - одговори мајката на своето прашање, - целата природа е создадена од премудриот и сесовршен Бог. Се секаваш ли кога читавме како Бог го создал светот? Доволно било Тој да рече само збор - и сè во природата се образувало на најдобар и најразумен начин. Така, Бог рекол: „Да произведе земјата зеленило - трева, што дава семе според својот род и вид, и плодносни дрвја, што даваат на земјата плод, кои во себе имаат семе според својот род и вид." Така и станало.

Да, Кате. Никој не може да го наруши законот што е даден од Бога. Сите растенија даваат плод и семиња според својот род и од тие семиња се појавуваат нови, исти такви растенија. Од тука произлегува и зборот пород.

Ете, ти и татко ти многу сакате печено сончогледово семе. Семето на сончогледот е едно прекрасно и многу корисно растение. Ако посадиме такво семе во

земјата, од него ќе израсне сончоглед со високо стебло и голем кружен цвет.

А има и семиња што се многу помали, семињата на афионот, на репата! Тие се како мали црни точки. И во таква точка се состои целата иднина на растението: лисјето, корењата, плодот. Таа способност на растенијата да се појавувуваат од семче се нарекува сила за репродукција, т.е. сила за произведување на семиња подобни на себе.

Кате, разбра ли сега од каде се појавуваат растенијата, високите дрвја, малите тревки и домашните цвеќиња?

- Да. Тие растат од семчињата на истите растенија. А првите растенија ги создал Господ. Од првите растенија и нивните семиња растеле нови и нови.

- Браво, слушаш внимателно. А сега ќе ти раскажам како се случува тоа. Се сеќаваш ли на приказната за дедото и репата? Посадил дедото репа. Репата пораснала голема, преголема... Порано често ти ја читав таа приказна. Ти како си го претставуваше тоа посадил дедото репа? Како ја посадил?

Кате молчеше, но се сети.

- Јас, ми се чини, мислев дека тој едноставно зел и посадил во земјата веќе готова репа, само што била мала. Но тој, значи, посадил семче што личи на црна точка, така ли?

- Да. Тој зел мало црно семче од репата, направил дупка во земјата и го ставил таму. Го закопал и го полеал со вода. И почнал да чека... Кога семето ќе падне во земја тоа оживува, почнува да се храни од земјата и малку по малку да расте, се претвора во мала фиданка, потоа во големо растение. Преработува дел од својата храна за да ги изгради стебленцето, лисјето, а дел

преработува во плодови. Во тие плодови ќе бидат новите семиња, во кои се содржи животот на следните поколенија растенија. Новото растение секогаш ќе личи на старото; од желадот на стариот даб ќе порасне младо дапче, од житното зрнце ќе израсне нов житен клас, а од семето на репката - репка.

Тоа својство на растенијата е важно за нас. Ако тоа не постоеше, ќе беше лошо за сите нас!

Замисли си, одиме во продавница за семиња и велíme: „Ве молам, дајте ни семиња, сакаме да посади-ме моркови и магдонос.“ А продавачката ни одговара: „Ете ги семињата, земете ги. Можеби ќе никнат.“ Ние ги купуваме, ги садиме и почнуваме да чекаме да видиме што ќе порасне. И одеднаш пред нашите очи пораснуваат чички и коприви!

Кате погледна недоверливо. Наместо моркови - боцкава коприва!

- Како тоа? Нели сме посадиле добри, корисни семиња...

- Само сакав да си претставиш што би било ако семињата можеа да грешат. Земјоделецот кога сади семиња во земја не ќе знае каква реколта ќе собере. Но Слава Му на Бога што не е така.

Кога садиме овес, или 'рж, или компири, ние знаеме дека ќе порасне овес, 'рж и компири. И ако одеднаш, поради некаква причина порасне нешто друго, ние веднаш знаеме дека сме ги помешале семињата. Семето не може да греша - такво го создал Бог, тоа секогаш го исполнува природниот закон даден од Бога.

Човештвото - од Адам и Ева до ден денес - постои неколку илјади години. За тоа време луѓето добро ги изучиле растенијата. Тие знаат кое семе кога најдо-

бро се фаќа во земјата и кога најбрзо почнува да расте. Знаат на кое место можат да зреат јаболка, а на кое банани. Набљудувајќи ја природата, спознавајќи ги нејзините законите, човекот умешно ги користи неопходните својства од секое растение.

- За храна?

- Не само за храна. Исто така за удобност и за убавина. На пример, дабот е тврдо и здраво дрво. На луѓето им е неопходен таков материјал. А најважното својство на дабот е неговата цврстина. Кога поставувавме крст на гробот на дедо ти, мене и татко ти нè советуваа: „Ставете дабов крст. Тој ќе издржи долго време!“ Но во работилницата тогаш немаа таков и ние си помисливме: „Не е ли сеедно. “ И што се случи? Ми наа неколку години - и ти самата виде дека крстот на гробот се искриви, затоа што му изгни основата од влага. Ако крстот беше дабов, немаше тоа да се случи.

Ете колку е важно да ги знаеме и да ги користиме карактеристичните својства на растенијата! А некогаш, кога човекот ги знае законите на природата, самиот формира такви својства во растенијата, какви што му се неопходни.

Кате многу се зачуди:

- Како така сам ги формира? Па нели Бог ги создал растенијата и сè што има во нив?

- Се разбира, Катенце, Бог ги создал. Но тој не забранил луѓето да ги подобруваат родовите на растенијата. Напротив, Тој го населил првиот човек Адам во рајот т.е. во прекрасна градина, за да може Адам да ја обработува и облагородува.

- Но може ли човек да го направи подобро она што го направил веќе Бог? - беше во недоумица Кате.

- Та нели човекот прави сè со Божја помош! Без Бога тој може само да расипува. Господ ни дозволил да ѝ „помагаме“ на природата не зашто Нему, на Творецот, Му е потребна нашата помош - нели Тој е Семоќен - туку за да се трудиме и ние, да ја спознаваме природата и да се обраќаме кон Него за помош.

- А ако нешто помешаме и не излезе добро?

- Дури и да не излезе добро, Господ пак ни дозволува да правиме сè по свое, да учиме од сопствените грешки и да го добиеме потребното искуство. Пред сè, на тој начин нè уверува дека без Него ништо добро не можеме да направиме. Тоа е многу корисно, зашто човекот така престанува да се гордее, се смирува. Знаеш ли колку е важно смиренieto за христијанинот? Нели јас и ти, Катенце, сме христијанки?

Се сеќаваш ли кога пржевме пирешки за именденот на татко ти? Ти сакаше сама, без моја помош, да ги оформиш од тестото, сама да ги полниш со фил. И јас ти дозволив да се обидеш. И што стана?

На Кате не ѝ беше многу пријатно сеќавањето за пирешките - криви, без форма, со истечен фил. А до нив мајкините - заруменети и еднакви, како самите да молат да ги вкусиш! Сега се засрами. Но мајката весело се насмевнуваше и на девојчето му стана смешно. Колку беше упорна, сè сакаше да прави сама!

- Воопшто не ти се лутев, - продолжи мајката, - и не ти пречев. Само сакав повнимателно да гледаш што правам јас, да прашаш што и како се прави пона-таму и понекогаш да ме замолиш за помош. Но денес, јас и ти имаме толку сериозен разговор и јас сакам да ти признаам нешто - полесно ќе ми беше ако направев сè сама. Само, како ќе научиш ти тогаш да пржиш пи-

рошки? Нели ти си мојата помошничка и за многу работи можеш веќе сосем добро да ме заменуваш.

Ете така и Господ им дава на луѓето можност да учествуваат во Неговите дела и да ги менуваат родовите на растенијата. И кога ние се трудиме со смирение, со страв Божји, сè станува многу добро! На пример, розата произлегува од обична дива шипка, која расте на патот крај нашата викенд кука. Цели четириесет години луѓето се труделе околу семињата на шипката, ја изучувале, се грижеле за неа. И како резултат на тоа добиле не една, не две, туку три различни сорти рози - од најмали до најголеми, од бели и бледорозови до пурпурни, та дури и црни!

Или, да ги земеме како пример јаболката. Дивите јаболка се ситни, тврди и кисели. Ти воопшто не би ги јадела! Но ете, од таа ситна и невкусна овошка, човекот успеал да направи најразлични сорти од големи, ароматични и вкусни градинарски јаболка.

Но тебе, ќеркичке, очињата веќе сами ти се затвораат. Ајде, ќе продолжиме друг пат, кога ќе имаме време. Добра ноќ! Господ да те чува!

Мајката ја прекрсти Катерина и излезе од детската соба.

РАЗГОВОР II

**По еден месец. Убавината на Божјиот свет.
Како е устроено растението. Цвеќето - намена и
структура. За да расте семето. „Семејството
на цвеќињата. Како настанува оплодувањето
на семињата на различни растенија.**

Помина еден месец. Братчето на Кате растеше, не со денови, туку со часови. Тој сè повеќе и повеќе го привлекуваше вниманието на мајката. Андреј често се будеше навечер и мајка му остануваше будна со него. И таткото и Кате, ѝ помагаа на мајката колку што можеа. Кате постојано внимаваше на собата каде што живееше нејзиното братче, и за да нема прав, секој ден го бришеше мебелот со влажна крпа. Таа внимаваше мачката да не влезе неочекувано во спалната и да го исплаши бебето. Ги полеваше сите цвеќиња. Ги миеше садовите. Но и покрај тоа, на мајката воопшто не ѝ остануваше време за вечерните душекорисни беседи со ќерката. Успеваше само на минута да влезе кај неа, за да ја прекрсти и да ја бакне...

На крај, времето се стопли и семејството замина надвор од градот, во викенд куќата. За време на топлиите денови, по ручекот, децата се одмораа заедно со мајка си во дворот. Андреј, откако ќе се напиеше млеко, ќе спиеше во коленка, а мајката седнуваше до него со плетало во рацете. Мачката дремеше во сенката на куќата, чиј сид беше покриен со „разнобојни чашки" што растеа бујно. Не изгледаше како куќа, туку како некаков замок обраснат со зеленило.

Тука, во тивките попладневни часови, се одвиваа доверливите разговори. За што си зборуваа толку тивко мајката и ќерката, набљудувајќи го бледорозевото цветче на чашката?...

- Мамо, дали во рајот растат истите цвеќиња?

- Не знам, мило. Таму, најверојатно растат прекрасни цвеќиња и дрвја, само што не знам какви. Никогаш не сме ги виделе, не сме чуле и не можеме да си претставиме што има во рајот. Светителите, кои го виделе рајот додека биле живи (во тело), велат дека таму е таква убавина, каква што не постои на земјата!

- Толку ли е убаво таму, како што е во нашата градина?

- Таму е многу, многу поубаво! За жал, тука растенијата венеат и се сушат, а таму сè е вечно. Но и убавината што е овде околу нас, Господ ја создал да не го заборавиме рајот и кога ќе им се восхитуваме на Божјите созданија, секогаш да се сеќаваме и на Творецот.

Види каква убавина! Едноставно цвеќенце, светло, скромно; денес цвета, а утре ќе овене. Но колку е прекрасна неговата форма, колку се меки и топли неговите бои, какви жилички, каква чудна, нежна арома, каква нежност во секој поглед! Човекот, колку и да се труди, никогаш не ќе може да направи нешто слично - нема на светот ни платно, ниту камен, ни метал, ниту каков и да е материјал од кој може да се направи исто вакво цвеќе. Дури и да се добие нешто што ќе наликува, тоа нема да е живо! Од него нема да може да произлезе исто такво цвеќе. А од ова може. Нашата „разнобојна чашка“ е жива; гледаш ли, таа расте, се издига кон сонцето. Со секоја измината година, таа сè погусто ја покрива нашата куќа.

Значи, од земјата се појавуваат нови фиданки - „дечиња.“ Сакаш да ти раскажам како се „раѓаат?“

- Раскажи ми!

Кате се чувствуваше блажено; ѝ беше топло и пријатно. Убавината што ја опкружуваше и факот дека мајка ѝ е до неа, ѝ влеваа спокојство. Таа си седна поудобно и внимателно слушаше.

- Ти знаеш дека растенијата се органски творби, имаат посебни органи или членови, кои им се неопходни за да живеат. Корењата, стеблата и лисјето се нарекуваат органи за хранење; цвеќињата, плодовите и семињата се органи за репродукција.

Кате зачудено ја погледна мајка си, па затоа таа почна подробно да ѝ објаснува:

- Сигурно не си заборавила дека, да се репродуцира значи да се произведува потомство. Па ете, органите за репродукција служат за да може секое дрво, секоја тревка, пред да овене, да даде живот на ново, исто такво растение. Кажи ми, дали, кога растението почнува да расте, веднаш се појавува и цвет?

- Не. На почеток тоа расте, расте, потоа се појавува пупка и на крај - цвет.

- А што мислиш, зошто е потребен цветот?

Девојчето ги подигна рамењата.

- Можеби за убавина? - претпостави Кате.

Мајката се насмевна:

- Така и мислев. И јас би го одговорила истото. Но, во суштина, не е така. Доаѓа време кога растението треба да се погрижи, зад себе да остави младо поколение и тогаш тоа произведува цвет. Неговата намена е да произведе семе што ќе го носи во себе животот на идното поколение. Погледни ја уште еднаш чашката на цветот, таа има интересна структура. Убавите лив-

чиња заедно се нарекуваат венче, т.е. мало венче. Кога ќе ги отвориме ливчињата на венчето, ќе видиме пет тенки стапчиња, прираснати за венчето - тие се нарекуваат прашници. На крајот, на секој прашник има едно мало кутивче и ако го отвориме во него ќе најдеме жолт прав што се нарекува полен. Во средината на чашката има едно стебленце што се нарекува толчник, а широкиот дел на дното на чашката - јајчник².

- Јајчник? - се зачуди Кате. - Во него има јајца?

- Точно така. Семињата на растенијата - тоа се истите јајценца од кои подоцна се појавуваат новите растенија. Но за тоа ќе зборуваме подоцна.

И така, во јајчникот се наоѓаат семчињата или јајценцата. Кога семчето ќе узрее, тоа станува тврдо и црно. Ако го посадиме во земја, тоа ќе почне да прима влага и да расте.

Девојчето слушаше внимателно, разгледувајќи го цвеќето...

- И тоа е сè? - праша тоа.

- Не, тоа не е сè. Најинтересното доаѓа на ред. Семето не може да расте ако пред тоа не биде оплодено. Неопходно е прво поленот од прашникот да падне врз толчникот, да помине преку цвечето во јајчникот, каде што се семчињата - јајценца, и тука да се допре до нив. Само тогаш во нив може да се роди живот.

Сето тоа беше многу интересно и Кате сакаше да дознае каква врска има тоа со луѓето и поконкретно, со нејзиното мало братче.

- А кај луѓето...? - започна таа.

Но мајката го очекуваше нејзиното прашање, па затоа се насмевна:

² плодник - заб. на прев.

- Луѓето, се разбира, немаат прашници и толчници, но ние сепак по нешто си личиме со растенијата. На пример, растенијата исто така имаат татко и мајка.

- Растенијата? Имаат татко и мајка?

- Погледни ја младата фиданка на чашката; Таа сè уште е многу мала, слабичка. Како детенце, нели? Ете, значи, ако сметаме дека тоа е детенцето, тогаш толчникот ќе биде неговата мајка, а прашникот - таткото, а целото цветче на чашката ќе биде куќата на тоа „семејство.“ Само што „родителите“ на таа наша млада фиданка се наоѓаат во друго цветче, коешто не постои веќе. Тоа ја исполнило својата задача, произвело потомство, млади фиданки, и овенало. Уште се вели и „прецветало.“

- Значи тоа претставува „раѓање?“

- Не сосема. Кога зборуваме за растенијата, подобро е да речеме „репродукција.“ Сите растенија се репродуцираат исто; но не кај сите „таткото“ и „мајката“ се наоѓаат на исто цветче. Кај некои прашникот се наоѓа на еден цвет, а толчникот - на друг. Ниту еден од тие цветови сам по себе не може да даде ни плод, ниту семе. Ако поленот од едното цветче не падне врз семчето-јајценце на друго цветче, од нив нема ништо да порасне.

- Дури и ако ги посадиме во земја?

- Дури и ако ги посадиме, топлиме и полеваме. А може да се случи и цветовите со толчници да растат на едно дрво или грмушка, а цветовите со прашници на друго. Меѓу нив може да има растојание и од неколку километри. Им помага ветрот, а уште повеќе пчелите и другите инсекти. Има една многу стара детска стихотворба:

*Пчеличка шеговиѝо леѝа
Во ѝолеѝо од цвеѝеѝ на цвеѝеѝ,
За зимаѝа ѝрижливо собира
Вкусен и сладок медеѝ.*

Пчеличката работничка, собирајќи мед, дури и не размислува дека носи живот за ново поколение растенија; бидејќи во меѓувреме, кога влегува во чашките на цветовите, по влакнестите нозе ѝ се залепува полен од прашниците и таа го пренесува врз други цветови, каде што е јајчникот. Таму поленот ќе им даде живот на семчињата.

- Катенце! Види кој доаѓа кај нас по патеката.

- Си дојде тате! - силно викна Кате.

Андреј ги отвори очињата и заплака. Се разбира, за денес мораа да ја завршат беседата.



РАЗГОВОР III

Животната сила на растенијата. По што се разликуваат животните од луѓето и растенијата. Животните се појавуваат од јајце. Како доаѓаат на свет рибите. „Напуштените дечиња.“

- Ете зошто, Катенце, - започна мајката следниот пат, - секоја пролет природата оживува и сè се раззеленува. Сонцето свети сè посилно, снегот се топи, водата паѓа на затоплената земја, а во земјата лежат... што лежи таму?

- Семињата на растенијата.

- Да. Такви семиња во кои дреме живот. Тие само ги чекаат пролетната топлина и влагата за да се разбудат и да почнат да растат, да се издигаат кон сонцето. Господ им дал на растенијата способност да се репродуцираат и голема животна сила. Се сеќаваш ли кога јас и ти видовме една тенка, навидум кривка тревка, која за да порасне го пробрила асфалтот и се издигнала низ пукнатината кон светлината.

Таа расте, расте, после почнува да цвета и во цветот дава живот на ново поколение, на иста таква тревка. Како се случува тоа, веќе ти раскажав. Зборувајќи за растенијата го користиме зборот *репродуцира*. Велиме *расиението се репродуцира во ново поколение*. А за животните нема да речеме така. За нив велиме *раѓаањ*, *се раѓаањ*. Исто како и за луѓето.

- Луѓето личат на животните?

- Наликуваат само во некои работи, по надворешната

структура на телото, иако кај човекот таа е многу посложена и посовршена. Но меѓу нив има огромна разлика и ти знаеш каква. Што има човекот, а животните немаат?

Девојчето се замисли и молчеше. Тоа знаеше дека човекот има душа што живее во неговото тело, а кога човекот умира, како што се упокои нејзиниот дедо, душата се разделува од телото. Телото го закопуваат во земјата, а душата излегува од него и оди кај Бога. Кате знаеше дека, кога ќе дојде крајот на светот и настапи Страшниот суд, сите души повторно ќе се соединат со телата и сите упокоени ќе воскреснат. Дали по тоа човекот се разликува од животните...? Токму кога Кате сакаше да прозбори, мајка ѝ ја испревари:

- Е добро, гледам дека знаеш. Бог му дал на човекот бесмртна душа и тој живее на земјата не заради телото, туку заради душата. Животните се раководат од инстинкти - способности што им помагаат правилно да се однесуваат за да живеат. Тие им се дадени од Бога - инстинкт за самохранење и инстинкт за продолжување на родот. Затоа нашата мачка, на пример, кога е гладна со сите сили се обидува да добие храна, ќе ја бара од нас, здодевно ќе мјаука и нема да се успокои додека не јаде. А човекот? Тој, знаеш, може заради полза на душата да се откаже од храна, како што прави за време на постот. Човекот е способен дури и да го жртвува животот, за да си ја спаси душата. Така, христијанските маченици во минатото одбивале да им се поклонат на идолите - на бесовите, и поради тоа биле мачени и убивани. А тие со радост оделе на смрт, зашто знаеле дека Господ ќе ги прими во Царството небесно т.е. во рајот.

- Но за луѓето ќе ти раскажувам друг пат. Сега ќе позборуваме за животните. Тие се созданија што се наоѓаат на пониско скалило во однос со човекот, а на повисоко скалило во однос на растенијата. Пониската, растителна форма на живот, се појавила по Божја заповед на третиот ден од создавањето на светот. Подоцна, на петиот ден, по Божјото слово, водата ги произвела водоземните животни - влекачи и риби, а над земјата полетале птици. А на шестиот, последниот ден од создавањето на светот, Бог ѝ заповедал на земјата да произведе животни што живеат на копно - добиток и сверови.

Растенијата живеат, растат, се репродуцираат и умираат. Но тие не се грижат за своето потомство, немаат сетила и не можат да се движат. Животните и наликуваат и не наликуваат на нив. Наликуваат по тоа што, слично на растенијата, се појавуваат од јајца.

Може да се каже дека семињата се јајца на растенијата, а јајцата се семиња на животните. Од семето произлегува детето растение, а од јајцето - детето животно.

Ете, стигнавме и до јајцето. Кажи ми, Катенце, знаеш ли што претставува јајцето?

- Се разбира, - одговори Кате. Таа совршено ги познаваше белите или бледожолтите кокошкини јајца, кои, отакако ќе им ја скршиш лушпата, можеш да ги јадеш со мало лажиче. Нејзе најмногу од сè ѝ се допаѓаат бојадисаните црвени велигденски јајца.

Мајката сфати на што мисли девојчето.

- А знаеш ли дека има различни јајца? На пример, икрите на рибата - тие исто така се јајца; од секое јајце може да се „изведе“ рипче, како што може и пи-

ленце од секое кокошкиното јајце. Од каде се појавуваат икрите на рибата?

Речиси цела година рибата-мајка живее во морето, но пролетта, кога телото ѝ е полно со јајца, од морските длабочини таа оди кон брегот, во плитките води, влегува во реките и минува стотици километри само за да најде соодветно место каде што ќе ги „снесе“ јајцата.

- Како кокошката?

- Не сосема. Слушај понатаму. Рибата-татко плива заедно со мајката. Штом ќе најдат погодно место, женката ги исфрла јајцата од телото и тие остануваат да пливаат во водата. Таа ја завршила својата работа. Но ако јајцата останат неоплодени, од нив никогаш нема да се изведат рипчиња. Исто како што не би произлегло никогаш растение од семчето, ако пред тоа не е оплодено со полен. Затоа рибата - татко плива над јајцата и испушта врз нив специјална течност од своето тело, која содржи животна сила. Влегувајќи во јајцата, таа течност ги оплодува, им дава можност да се развијат и да станат рипчиња.

Кате беше потресена: - „Но како рипчињата го разбираат сето тоа? Па тие се глупави!“

- Катенце, можеби се глупави, но во сите нивни дејства се пројавува Божјата премудрост. Рибите, како и сите други Божји созданија, се надарени со посебен дар за кој веќе ти зборував - со инстинкт. На тој свој инстинкт тие му се потчинуваат во сè. Гледаш ли, како некој да ги командува: „Пливај, пливај....стоп! Тука можеш да ги положиш икрите...“ Ги раководи инстинктот, преку кој дејствува волјата на нивниот Творец, на Бога... И сега, знаеш ли како се раѓаат рипчињата?

- Значи и рипчињата си имаат мама и тато?

- Се разбира. Штом растенијата си имаат свои родители, колку повеќе рипчињата. Но тие мали деца-рипчиња никогаш не се запознаваат со своите родители. Откако ги фрлат икрите, рибите ќе отпливаат и никогаш повеќе нема да ги видат своите деца. А, и ако ги видат некогаш, тие нема да ги познаат. Од јајцата што остануваат во топлата вода, по неколку дена ќе се појават рипчиња и ќе започнат самостоен живот.

Кате се натажи. Ёй беше тешко поради незащитените рипчиња, кои се извеле од зрнцата на икрите некаде далеку од дома, на туѓо место, без мама и тато и никој нема да се грижи за нив, да ги храни и да ги сака!

За да го утеши девојчето, мајката ѝ дозволи да си ги собуе сандалките и да оди боса по топлата земја.



РАЗГОВОР IV

Приказната за трите ластовички. Птиците имаат родителски инстинкт. Како станува оплодувањето на птичјото јајце. Од какво јајце се појавуваат цицачите. Колку е посложен организмот, толку подолго се развива и зависи од родителите.

Утредента врнеше дожд, па мајката и ќерката ги минуваа попладневните часови на терасата. Андреј тивко спиеше во своето креветче во куќата. Кате седеше на креветот до мајка си и внимателно слушаше.

- Се сеќаваш ли дека минатата пролет набљудувавме како две ластовички прават гнездо под покривот на нашата куќа? Од утрото до вечерта, птиците беа целосно посветени на работата. А кога гнездото беше готово, една од нив снесе јајца и седна врз нив за да бидат постојано топли. Тоа беше мајката ластовичка. Другата птица, таткото, постојано леташе наоколу, носеше црвчиња, муви и друга храна и пееше песни за да ја забавува својата другарка. Птицата-мајка понекогаш излегуваше од гнездото, а таткото седнуваше на нејзиното место, за јајцата постојано да бидат топли. По извесно време, во гнездото се појавија мали пиленца, а мајката и таткото ги пазеа и им носеа храна. Ти сакаше да се качиш на столот и да ги погалиш, но јас не ти дозволив, зашто од тоа пиленцата можеа да загинат. И родителите ластовички многу ќе страдаа и ќе се загрижеа за своите пиленца ако забележеа дека човек им го фалкал гнездото.

Како што гледаш, птиците се погрижливи родители од рибите, а и пилињата се добри, послушни дециња, постојано се до мама и тато, сè додека не научат да летаат. Потоа малите ластовички одлетуваат и таткото и мајката веројатно никогаш повеќе нема да ги видат.

- А ако се сретнат некаде во градината или во шумата, дали ќе се препознаат?

- Не. Родителскиот инстинкт ја завршил својата работа, тој повеќе не ѝ е потребен на птицата, сè до следната пролет, кога таа ќе испили нови пиленца од нови јајца.

Птичјите јајца се развиваат во телото на мајката, во јајчникот. Но од нив нема да се испилат пиленца ако не се оплодени со течност од телото на таткото. Оплодувањето станува уште додека се наоѓаат во телото на мајката. Откако мајката-ластовичка ги снесе јајцата, тие поминаа три недели на топло и од нив се испилија малите пиленца, кои многу ти се допаднаа.

Во тој миг скрцка вратата - на терасата излезе мачката.

- Аха!, - рече мајката. - Навреме се појавуваш. Само што сакав да раскажам за тебе.

- За мачката?

- И за мачката и за другите нејзини сродници - вишите видови животни, кои своите младенчиња ги хранат со млеко. Овие животни се нарекуваат цицачи. Ти знаеш многу од нив - мачки, кучиња, коњи, крави. Ти се случувало да видиш како мачката ги дои своите маченца - малите животни лежат до мајка си и пијат млеко од нејзините гради.

- Да, знам. Но мачињата не се појавуваат од јајце!

- Грешни. И кај цицачите животот исто така почнува од јајце, само што не е големо, не е покриено со тврда лушпа и мајката не го испилува во гнездо, како што прават птиците. Јајцето цело време останува во телото на мајката; тоа е толку мало што не може да се види без микроскоп и ако не е оплодено од таткото, од него никогаш нема да се развие ново живо суштество. Тоа расте и се развива во специјално торбе во телото на мајката. Крвта на мајката го храни, дишењето на мајката му го дава неопходниот воздух, додека не дојде време да започне свој сопствен живот, независен од животот на мајката. Тогаш тоа се појавува на свет или, како што се вели, се раѓа. Но и по раѓањето животот на новороденото животинче е тесно поврзан со мајката, зашто од нејзините гради тоа добива храна, има потреба од нејзината заштита и по неколку недели, па дури и месеци, ќе стане напълно независно.

А кај нас луѓето, децата уште подолго имаат потреба од мајчинската грижа - дури и откако ќе ги одбијат од доење и ќе им никнат првите заби.

Порано се чудев зошто Господ така ги устроил работите. Сега тоа го разбрав - колку е посложено и посовршено животното, толку е тоа побеспомошно во своето детство. Тебе ти беше жал за рипчињата за кои не се грижи никој. А ним тоа не им е потребно. Тие самите се грижат за себе. Животните што се хранат со млеко се на повисоко скалило од нив. Во почетокот на својот живот тие се хранат со мајчиното млеко и не можат да ја преработуваат храната којашто е погодна за возрасните животни. Затоа тие не се одделуваат од мајката додека не пораснат доволно големи за да можат да се хранат со истата храна со која се храни и мај-

ка им. Тогаш мајката престанува да ги дои со млеко и веќе не се грижи за нив.

Човекот се наоѓа на највисокото место меѓу живите суштества и неговите деца се најбеспомошни. Започнувајќи го својот живот, тие не можат апсолутно ништо да прават самостојно.

Набљудувај го, на пример, нашиот Андреј. Ти ќе видиш дека малото детенце во почетокот воопшто не може да си ја крепи главата, иако веќе ја врти од едната на другата страна и малку мрда со рачињата и ноцињата. Подоцна ќе почне да си ја подигнува главата, па ќе навикне да стои исправено и ќе се обидува да скока во skutot на мајката. По неколку месеци ќе се обиде да застане на нозе, а кога ќе биде скоро едногодишно, веројатно и ќе прооди.

Гледаш ли колку време ќе помине додека тоа не се исправи на нозе. А ждребето може да трча само неколку часа по своето раѓање.

Животот на животното не е сложен. Не му треба многу време за да стане тоа за што го определил Господ. Но на човекот, за да се развие целосно, му треба многу повеќе време. Тој многу бавно учи да разбира, да мисли, да проценува и да дејствува. А кога ќе се развијат сите органи и способности што му се дадени од Бога, тој уште треба да учи да разликува што е добро, а што е зло.

Ете, ти наскоро ќе наполниш шест години. Ако се родеше, не како човек, туку како кученце или коњче, ти сега ќе беше зрело животно и ќе имаше поколение. Но ти си човек и со твоите неполни шест години само што почнуваш да го спознаваш животот...

Од внатрешноста на куќата се зачу детски плач. Мајката ја погали Кате по обрвчето и стана.

РАЗГОВОР V

Од каде се појавуваат децата. Како се појавиле првите луѓе и како се размножиле на земјата.

Децата, исто така, се појавуваат од јајце! Животот на детето во мајчиното јајце. „Ти кога дозна за мене?“

Начинот на живот на идната мајка. Зошто е потребно папочето. Раѓањето. Страдањата и радоста на мајката. Детето е дел од својата мајка и својот татко. Органите за размножување. А од каде доаѓа душата? Љубовта на родителите кон своите деца. Господ им ги дава децата на луѓето.

Времето долго време не беше убаво. Кате речиси не излегуваше во градината и по цел ден се врткаше околу мајка си. Се трудеше да ѝ помогне во грижата околу Андреј и не ѝ споменуваше да продолжат со разговорот. Таа знаеше дека мајка ѝ, во своето раскажување, дојде до најинтересниот дел, и кога ќе биде послободна сама ќе го започне разговорот. Така и беше.

Еден ден, откако го стави синот да спие и откако ги изми садовите, таа изморена седна на креветот и со насмевка ја повика Кате до себе:

- Седни. Сакаш ли да поразговараме? Денес јас конечно ќе можам да ти одговорам на прашањето: *од каде се појавуваат децата?*

За што сè не зборував со тебе! За тревата, за дабот, за чашката, рипчињата, за ластовичките, за мачката... Но сето тоа е за да ти стане појасно како се раѓа човекот - највозвишената Божја творба.

- Првиот човек го создал Бог, - додаде Кате. - Од земја. И во него вдахнал бесмртна душа.

- Да. Бог не создал ништо толку убаво како човекот. Но сите идни поколенија се раѓале од самите луѓе.

Мајката стана од масата, зеде кутија кибрит, извади три чкорчиња и ги стави на масата - едното нагоре, другите две надолу.

- Гледај, - рече таа. - дедо ти има двајца синови, татко ти и чичко Константин. Татко ти има две деца, ти и Андреј. Ете, под тоа чкорче ставам уште две. Чичко Константин има три ќерки. Ставаме уште три чкорчиња. И сите вие ќе пораснете, ќе имате свои дечиња - некој две, некој три, а можеби и повеќе. Ставаме уште чкорчиња.

- А тие ќе си имаат ли дечиња? - Кате сакаше да продолжи. - Скоро целата маса ќе биде зафатена со чкорчиња.

- Ќе имаат. Но ти разбра, нели? Ете како се множи човештвото и како луѓето ја исполнуваат земјата. Сепак, како се појавуваат децата? Веднаш ќе ти кажам нешто што ќе те изненади многу; децата кај човекот исто така се појавуваат од јајце. Не од големо јајце со лушпа, како кај кокошката, туку од исто такво мало јајце како кај цицачите.

Во телото на мајката се наоѓа јајчник и во него - јајце. Тоа може да излезе од таму и никој да не знае за тоа. Но ако јајцето е оплодено, тоа ќе остане во телото на мајката и таму ќе расте речиси една година - девет месеци.

Восхитувачки е како од минијатурно јајце, кое дури тешко може да се види, малку по малку се развива детенце кое тежи 3-4 килограми! И целата таа про-

мена се врши во телото на мајката. Таму детето лежи заштитено од секоја опасност. И мајката го знае тоа и го сака своето дете уште пред да го види. Секој човек некогаш бил дел од својата мајка.

Девојчето напрегнато слушаше.

- Можеш ли да си замислиш, - продолжи мајката, - ти некогаш си била мала прапинка, точка, помала дури и од врвот на иглата. Кога твојот живот започнал, можеле да те видат само со микроскоп. Додека беше толку мала, лесно можев да те загубам. И тоа навистина би можело да се случи ако Господ не се грижеше за тебе. Тој така го создал телото на мајката што „направил“ во него едно специјално „сопче“ за децата, каде што остануваат заштитени од секоја опасност, додека не пораснат колку што е потребно за да се појават на свет и да почнат да живеат свој живот.

- А ти знаеше ли за мене кога бев како точка?

- Јас се надевав дека ти веќе живееш во мене, а цврсто се уверив во тоа подоцна, кога ти почна да растеш. Лекарот ме прегледа, направи испитувања и рече: „Да, нема сомневање, ќе имате детенце.“

На Кате ѝ беше интересно каков бил нејзиниот однос со мајка ѝ.

- А ти се израдува ли?

- Многу! Веднаш забележав лесно движење внатре, како ти да чукна со твоето мало раче по сидот на твојата сопче и рече: „Мамо, јас сум тука!“ Ми се причини како токму така да беше. И јас се трудев да замислам каква ќе бидеш кога ќе те видам. Девет месеци живееше во своето сопче и растеше секој ден. Сакав да бидеш среќна и затоа и јас самата се обидував да бидам задоволна и среќна.

- А тато? Тој исто така знаеше за мене?

- Татко ти те очекуваше уште понетрпеливо! Секој ден го ставаше увото на мојот стомак, каде што живееше ти, наслушнуваше како ѝ е таму на нашата малечка; дали е сè во ред?

Кате среќно се насмеа.

- Раскажувај ми уште! - замоли таа.

- Јас ти одбирав едноставна и добра храна, за да бидеш здрава. Тато се грижеше за мене, ми купуваше свежо овошје во кое има многу витамини, држејќи ме под рака, ме водеше на прошетка, за почесто да дишам чист воздух. Ние знаевме дека сето тоа, и витамините и чистиот воздух, ќе бидат добри и за тебе...

Се грижев и за својата душа. Се трудев да бидам добра, нежна, трпелива и воздржлива, во ништо да не грешам - воопшто, да бидам таква каква што сакав да бидеш и ти, зашто сè што правев во тоа време, добро или лошо, ќе се одразеше и на тебе. И речиси секоја недела одев во црква, се исповедував кај свештеникот и се причестував со Светите Христови Тајни. Јас знаев дека на тој начин Божјата благодат се допира и до тебе!

- А јас, како се хранев?

- Се сеќаваш ли дека постојано ме прашуваше зошто е потребно папчето? Ете зошто - преку него ти се соединуваше со моето тело и се хранеше кога живееше во мене. Пред да се родиш, на местото на папчето кожата ти завршуваше со долго цевче што беше прикачено со другиот крај за моето тело. Преку тоа цевче мојата крв и хранливите материи доаѓаа кај тебе. Кога дојде време да се појавиш на свет и да почнеш да живееш независно од мене, требаше да излезеш од своето „сопче.“ Тато ме одведе во болница, каде што лекарите ти помогнаа да излезеш. Секоја мајка страда

кога го раѓа своето дете. Тоа страдање е дадено од Бога по падот на Адам и Ева во грев. Се сеќаваш ли, Господ ѝ рекол на Ева: „Во маки ќе ги раѓаш своите деца?“ Но знаеш ли, Катенце, сите маки се забораваат кога детето ќе се појави на свет! Кога за првпат ќе си го видиш детето, веќе на ништо не се сеќаваш и не чувствуваш ништо освен радост!

И така, ти излезе на свет, или како што се вели - се роди. Тогаш лекарот го отсече цвчето што те поврзуваше со мене. Потоа, тоа место зарасна и така се појави твоето папоче. Кога за прв пат во животот видиш воздух со своите гради, ти силно заплака. По тој плач јас разбрав дека си жива и здрава. Почувствувај голема радост и прашав: „Момче е или девојче?“

- А зар ти претходно не знаеше дека сум девојче?

- Јас се надевав, посакував и Му се молев на Бога: „Господи, прати ми ќерка!“ Но не знаев точно, додека не се роди. За женските бебиња се подготвува сè да биде во розово, а за машките во сино. Таков обичај постоеше. За момчето - сини капчиња, кошулки и кебенце. А за девојчето - сè во розово. Иако не бев сигурна дека - бебето што ќе се роди ќе биде женско, сепак претходно исплетов розова блуза и чорапчиња коишто ги носеше подоцна и сè уште ги чувам...

- И што стана потоа?

- Потоа? Те искапија и те повија во пелени, а потоа те донесоа и ми дадоа да те земам во раце. И тогаш за прв пат го видов лицето на малото детенце што го посакував одамна. Сега разбираш зошто си ми толку скапоцена... и зошто мајката толку ги сака своите деца. Тие се дел од самата неа.

Но во исто време детето е дел и од таткото. Од јајцето не би излегло дете, точно така како што не би се развило ново растение од семчето, ако не беше оплодено. Тоа се врши од таткото. Почетокот на животот се наоѓа во јајцето, но тоа никогаш не би се пробудило ако не биде допрено од посебната животворна сила, што може да ја даде само таткото. Човекот нема толчник и прашник, како што имаат растенијата. Но тој има специјални органи на телото кои се нарекуват полови. Луѓето никогаш не ги покажуваат пред туѓи луѓе, ги покриваат со облека, па дури и сосема малите деца во реката се капат по гајички за капење. Луѓето внимаваат на тие органи, ја чуваат нивната чистота, не ги допираат без потреба, зашто секој сака еден ден да роди убаво и здраво детенце! Ете, понекогаш, навечер, ти не сакаш да се миеш пред спиење и брзаш да легнеш и затоа јас мора да бидам строга. Сега разбираш ли зошто е толку важна хигиената и зошто не треба да те мрзи да се миеш?

- Разбрав, за да можам да родам здраво детенце кога ќе пораснам... Раскажувај понатаму!

- Јас веќе сè ти раскажав, - се насмевна мајката...
- Разбираш ли сега какви восхитувачки односи постојат меѓу таткото и мајката и зошто тие толку многу ги сакаат своите деца?

Но на Кате не ѝ беше сè јасно. Јајцето добива живот од таткото, се развива во телото на мајката, во него се оформува телото на детето. Тоа е јасно. Но како се добива човекот? Човекот кој сака, се радува или тагува, верува во Бога? Од што се состои телото е јасно. А душата? Од каде се зема душата која го прави човекот различен од растенијата, рибите, птиците и животните?

- Мамо, а од каде доаѓа душата? Нели само телото се раѓа? А, кога во него се вселува душата?

Мајката не го очекуваше тоа прашање. Тоа се покажа сложено дури и за неа.

- Душата? Таа е од Бога. Некаде читав дека Господ ја праќа душата во детското тело токму во оној момент кога јајцето и течноста од таткото се соединуваат во мајчиното тело. И се разбира, се раѓа младенче со бесмртна душа. Но за тоа подобро прашај го татко ти.

Дали сега научи дека животните, како и луѓето, имаат родителска приврзаност кон своето поколение? Но сепак, тоа не е истата смисла на љубовта што ја живеаме и даваме ние луѓето. Тоа е родителски инстинкт. Вистинска љубов има само кај луѓето. И таткото и мајката, долго време пред да се појави детето, размислуваат и се грижат за него, а кога тоа ќе се роди, нежно го чуваат и долги години го воспитуваат и го сакаат како што не би го сакал никој друг повеќе. Детето е дел од нив двајцата. Таткото и мајката му го дале животот.

Но сето тоа се извршува само според Божјата волја. Има луѓе што немаат деца. Се сеќаваш ли дека во приказните често се вели: „Си биле еднаш баба и дедо и тие немале деца..." Немале зашто Бог не им дал. А има и такви што имаат многу деца. Господ подобро од нас знае што е корисно за нас. На мене и на татко ти, Тој ни подари ќерка и син. Каква среќа!

- Мамо, сега разбираам зошто толку многу те сакам, најмногу од сè на светов! - извика Кате и силно ја прегрмна мајка си.

2 ДЕЛ

Хигиената на девојчето

Изминаа неколку години. Кате имаше речиси единаесет години. Сега таа е високо, синооко девојче со куса, стегната плетенка. Андреј неодамна наполни пет години, колку што имаше Кате кога тој се роди. Семејството се зголеми; Кате и Андреј добија уште две сестрички - тригодишната Ангелина и малата Дафинче, крстена по прабаба ѝ. Таа неодамна наполни една година.

Кога во недела целото семејство влегуваше во црква, Андреј чекореше држејќи ја мајка си за рака, таткото ја носеше Дафинче во раце, а Кате ја водеше Ангелина за рака, а притоа трите девојчиња, како и мајката, носеа бели шамии на главите, така што возрасните жени ги гледаа со умиление, воздивнувајќи за своите внуци и внуки, кои беа застраниле од вистинскиот пат и воопшто не влегуваа во Божјиот храм!

Кате сега беше вистинска помош за мајка си. „Што ќе правев без Кате!“ - често и искрено велеше мајка ѝ. И навистина, некои грижи во домот целосно му беа доверени на девојчето. Таа, без да ѝ се каже, ги миеше садовите по ручекот и вечерата (а во големото семејство тие не беа баш малку), по училиште купуваше леб, ги чуваше братчето и Ангелина.

Ангелина ѝ беше омилена. Тие живеаа во една соба и Кате ја учеше сестричката да си го мести креветот како што треба, сама да се облекува, ја чешлаше и заедно се молеа пред легнување. Големата сестра ги

читаше простум и на на глас молитвите, а малата сестричка коленичеше или седеше на креветчето и на крај и самата се молеше на глас:

- „Господи помилувај ги мама, тато, баба, Кате, Андреј, Дафинче и мене!“ Таа по малку ги знаеше и заедно со Кате ги повторуваше молитвите „Оче наш“ и „Богородице Дево.“

Кате ја воспитуваше својата сестричка, ѝ покажуваше слики од „Детската библија“ и ѝ раскажуваше најразлични случки од светата историја. Во храмот стоела заедно со Ангелина блиску до солеата за да можат да гледаат и да слушаат сè. Ангелина ѝ се оддолжуваше на Кате со љубов и преданост и се чинеше дека на светот нема подобра, поумна и помила дадичка од нејзината!

Садовите, чистењето, купувањето леб, прошетките и играњето со Ангелина и Андреј ѝ беа постојано задолжение на Кате. Но, се разбира, таа никогаш не одбиваше да учествува во приготвувањето на ручекот, особено кога е на празничен ден, со пити... Ако кон сето тоа додадеме, дека Кате беше одлична ученичка, одеше на музичко училиште, добро свиреше пијано, притоа редовно посетуваше часови по веронаука во храмот, каде што учеше и црковното пеење, очигледно е дека девојчето постојно е зафатено и не знае што е тоа безделничење, кое светите отци го нарекуват мајка на сите пороци. Таа не ја познаваше состојбата на распуштено фантазирање и здодевност, што толку често ја чувствуваа другите девојчиња. Таа не знаеше што значи: „се тркалам на креветот“, „гледам во една точка“, или „се чудам со што да се зафатам...“ Но тоа е резултат што не се добива сам од себе, по некоја случај-

ност, туку благодарејќи на промислениот систем на воспитание.

Читајќи го ова, некој недоверливо ќе заниша со глава и ќе рече: „Има ли некаде такви примерни девојчиња?“

На тоа може да се одговори дека, иако ретко, во здравите православни семејства, такви девојчиња навистина може да се сретнат.

Некој ќе се насмевне на ова: „Кате зар никогаш не роптала против својата зафатеност? Зар таа со задоволство чисти, а со уште поголемо задоволство ги мие садовите?“

Се разбира, не е многу пријатно, особено преку лето, миењето на садови, надвор од градот, каде што нема топла вода, а чиниите се со масло, измрсени и многубројни; не само чинии и чаши, туку и тенџериња и тави! На сите им е позната желбата да ја одложиш работата за поосле. Мајката никогаш не ја принудуваше Кате: „После, значи после, само да не заборавиш!“ И на девојчето му се наметна, од сопствено искуство, да се убеди дека непријатното, но потребното, треба веднаш да се направи. Ако одложиш, подоцна воопшто нема да сакаш да завршиш, а ќе ти одземе и повеќе време. Затоа, попријатно е брзо и вредно да ја завршиш тешката задача во домаќинството и да знаеш дека сè си исполнил! Многу е важен внатрешниот став со кој пристапуваш кон миењето на садовите.

Кате беше верничка и многу ѝ помогна мислата дека Господ постојано ја гледа - и тоа не само нејзините постапки, туку и нејзините мисли. Таа се трудеше да не направи нешто за кое потоа ќе треба да се кае на исповед. И на крај, таа ја сакаше и ја жалеше својата мајка и беше многу задоволна што, благодарение на неј-

зината помош, мајка ѝ може малку да се одмори. По-добро Кате сама да измие планини од мрсни садови, а мајка ѝ да има време да поседи и да поразговара со неа за нешто интересно...



РАЗГОВОР I

Како христијаниите треба да се однесуваат кон храната. Хранењето е неопходно за сите живи суштества. Дебелењето може да биде резултат на ситномакоуѓодие или нарушена размена на материји. Телото се состои од клетки. Од каде се земаат новите клетки, а каде одаат мртвите? Треба да се истрелат јадење храна што се вари лесно во желудникот. Што се потребни белковините, масните и јагленохидратите и во кои производи ги содржат. Значењето на водата во човечкиот организам. Основни правила за здрава исхрана. „Правила за лакомите.“ Што е штејна гурманска закуска. Солени и зачини јадења. Како да го почувствуваме вкусот на лебот и на водата. Корисни и штејни пијалоци. Штејни навики. Пијателство. Пушење. Човекој не треба да стекнува навики што го лишуват од слободата.

Дојде именденот на таткото. Како и секогаш, двете домаќинки, мајката и Кате, се подготвуваа да ги пречекаат гости. Ги чекаа најблиските, бабата и чичко Константин, братот на таткото, со семејството. И чичко Константин имаше четири деца, така што требаше да седнат дванаесетмина на масата, без да се брои малата Дафинче.

Мајката и Кате требаа да испечат две питу, да подготват риба и неколку салати. И додека готвеа, тие разговараа.

- Мамичке, зошто само на празник печеме пити?
- А ти како би сакала?
- Секој ден! Види колку брзо се прават! А кога ти ќе немаш време јас самата ќе се снајдам.

- Но, како тогаш ќе ги разликуваме празниците од делниците?

- Не по храната, се разбира! Храна, голема работа!

- Ти грешиш, Катенце. Храната е многу важна работа. Христијаните на празник сакаат да се соберат на празнична трпеза и ти сега ќе ми кажеш зошто. Кого подражаваат тие? Кој им давал често духовни поуки на трпезата? Кој седел со нив на пасхалната трпеза, на Тајната Вечера? Кого Го познале тие потоа преку кршењето на лебот?

- Спасителот Христос.

- Во сеќавање на Тајната Вечера, ние ја извршуваме Божествената Литургија. Имено, тогаш Господ ја востановил спасителната Тајна - Причесна. Причесната е исто така трпеза, Господова Трпеза...

- Тоа е причестувањето што се извршува во храмот. А вообичаената храна, домашната? Понекогаш си мислам - толку труд, подготвувања, а сето тоа толку брзо се јаде и се заборава, што треба повторно да се готви подоцна...

- Види сега, - се насмевна мајката, - од една страна сакаш да печеш пити секој ден, а од друга страна приготвувањето на храната ти се чини неблагоприятен и бесмислен труд! Ќе треба да ти раскажам една кратка лекција. Извади го брашното, те молам.

Храната во нашиот живот има многу големо значење. Сè што е живо треба да се храни. Стави уште малку брашно.

- А како живееле древните подвижници? Тие не јаделе со денови!

- Но потоа, по постот, сепак јаделе нешто. Било суварки (парчиња сув леб), било зеленчук, па дури и корења на растенија. Човек може да помине определено време без воопшто да се храни, дури и без да пие вода или течности, додека во своето тело има залихи на хранливи материи, но потоа почнува еден „неповратен“ процес на распаѓање.

- Што значи „неповратен“?

- Процес што веќе не може да се спречи со човечки средства. Дури и ако тој што гладува почне добро да се храни, тој веќе нема да оживее.

- Значи, за да бидеме здрави треба многу да јадеме, така ли?

- Не, тоа исто така е лошо. Ти, се разбира, си видела на улица или во метро претерано крупни луѓе, толку крупни, па дури и дебели, што си ги движат тешко и нозете. Тоа се случува од претерано многу храна; организмот не успева да ја преработи, т.е. да ја сомеле и вишокот се претвора во маснотии. Таквите луѓе не живеат, туку се мачат - тешко им е да дишат, тешко им е да си најдат облека, неудобно им е да седат, да стојат итн.

- Мамо, тие луѓе се стомакоугодници, нели?

- Возможно е некој од нив да е стомакоугодник, но не треба никого да осудуваме. Повеќето од тие несреќни луѓе, едноставно речено, се болни. Тие веќе не можат, а да не јадат многу. Стомакоугодникот е човек кој едноставно не сака да се воздржува од јадење. Таквиот човек е гладен сè додека, на пример, не изеде пет кофтиња, тенцере со компири, две-три чаши павлака. Тоа воопшто не е смешно, зошто се потсмевааш?

Понекогаш, причина за таа болест е нарушената размена на материи.

- Каква размена?

- Размена на материи во организмот. Ајде, јас ќе ти раскажувам за тоа, а ти не го оставај ножот, туку сечи ги краставичките, само, те молам, повнимателно!

Ако нашето тело го разгледаме под микроскоп, ќе видиме дека се состои од многу мали капки, наречени клетки. Секоја клетка има краток живот и за да продолжи целото тело да живее, треба да се внесува храна. Кога ќе влезе во стомакот, храната станува специјална течност која оди во крвните садови, се претвора во крв и тече низ сите делови на телото.

Ако храната била добра и хранлива, тогаш во крвта ќе ги има сите потребни материи што ги обовуваат коските, мускулите, нервите и сите останати органи. Секој орган си ги одбира од крвта оние материи што му се потребни.

Зошто се уморуваш? Затоа што се врши непрекината работа во телото. Ти играш и трчаш, мислиш и работаш, и за сите тие активност се трошат клетките коишто го градат твоето тело. И за да се појават нови клетки на местото на мртвите, потребни се нови материи кои се добиваат преку храната.

Ако при секоја работа дел од клетките умираат, тогаш што станува со мртвите клетки?

Тие се исфрлаат од органите на телото. Цревата исфрлаат поголем дел од тврдите материи, а бубрезите ги одделуваат штетните течности. Освен тоа, и многу други материи се исфрлаат преку црниот дроб, преку дишењето, а исто така и преку кожата.

- Преку кожата? - Кате со восхитување си ги погледна рацете.

- Катенце, ти толку се трудиш што и челото ти се испотило, еве ти салфета.

А, - се досети Кате, - потта! Тоа се непотребните материи што излегуваат преку кожата.

- Можеби ти е чудно што секое деноноќие преку кожата излегуваат повеќе непотребни материи отколку преку цревата. Но тоа е токму така. Нашата кожа има многу мали дупчиња што се гледаат само со лупа. Тие се нарекуваат пори. Преку нив, во вид на пот, телото ги исфрла непотребните штетни материи.

За да не остануваат непотребни материи во телото, треба да јадеме таква храна што лесно се преработува во нашите коски, нерви и мускули.

Ако децата се научат да се хранат уште од мали нозе со корисна и едноставна храна, тие помалку ќе боледуваат, стомакот и цревата ќе им работат добро, ќе имаат здрава боја на лицето.

Која е корисна и едноставна храна? Корисната храна треба да содржи белковини, јаглехидрати, витамини, минерални соли, вода (сето тоа е неопходно за организмот). Друг пат ќе поразговараме во кои продукти се наоѓаат тие материи. Но најважно е дека храната треба да биде едноставна, т.е. едноставно приготвена, без непотребна обработка, без многу зачини со разни вкусови, пикантни материи, маснотии, мајонез. Како пример да ги земеме компирите. Сети се дека неодамна печевме компири на жар. Какво задоволство беше за тебе! Без никакви зачини, само малку магаданос - каков вкус! И најважно е што компирите ги зачуваа сите витамини, сите корисни материи. А ако ги испржаме компирите или малку ги испечеме, ако ги зачиниме со најразлични сосови, ќе го загубат вистинскиот вкус и повеќе од половината корисни материи.

Затоа подобро е да ги свариме компирите и да ги зачиниме со растително масло. А може да ги испечеме компирите со лушпа и тие ќе бидат печени како на жар. Тоа правило на приготвување се однесува за сите продукти. Децата почесто боледуваат затоа што јадат многу пржена, мрсна, лута и солена храна.

Белковините што ги има во месото и рибата, се нарекуваат животински белковини. Организмот кој се развива има многу голема потреба од нив. Од животинските белковини се формираат мускулите, кожата, мозокот и внатрешните органи.

Но треба да знаеме и дека нашиот организам троши многу сила за да ги преработи тие белковини. За да му помогнеме, треба месото, пиленото, јајцата и рибата, да ги јадеме со зеленчук, а не со макарони или тесто. Со тоа многу ќе ја олесниме работата на нашиот стомак.

Животинските белковини, кои се содржат во млекото и млечните производи, добро се преработуваат и апсорбираат во организмот на децата. Млекото е корисно за децата до седум-осум години. Кај поголемите деца и кај возрасните, материите што го преработуваат млекото, недостасуваат во организмот. Затоа јас и ти јадеме кисели млечни производи (изварка, павлака, јогурт, маштеница, кисело млеко). Нели ти многу сакаш овошен јогурт за појадок. Тоа е како масло за подобро работење на стомакот. Растителните белковини ги има во грашокот, гравот и во лебот. Тие можат до некаде да ги заменат животинските белковини.

- Тоа време е постот, нели?

- Да, Кате. Затоа за време на Великиот пост, кога јас, татко ти и ти не јадеме ниту месо, ниту риба, ниту млечни производи, често имаме грав на трпезата.

Децата многу се движат - трчаат, играат, работат, им помагаат на родителите, а освен тоа и учат - со еден збор, трошат многу енергија. И се разбира, организмот треба да си ја обнови загубената енергија. А за тоа помагаат мастите и јагленохидратите.

Јагленохидратите се составен дел на зрнестата храна, на лебот, на компирите и на другиот вид зеленчук. Мастите, пред сè, ги има во маслото за јадење. Сети се како огладнуваш по веселото играње надвор. Но ако човек малку се движи, седи на едно место, и освен супа јадел и нешто друго, а потоа и уште две чинии јадење, што ќе стане тогаш? Организмот ќе ја оддели таа храна како резерва во вид на масти. Ете, се нарушила размената на материи. А ако организмот секој ден добива такво изобилство на хранливи материи? Можеш ли да си претпоставиш што ќе стане тогаш?

- А во што се содржат витамините?

- Витамините се содржат во зеленчукот и овошјето. Воопшто, во составот на човечкото тело влегуваат најразлични материи, како што се: железо, калциум, калиум, магнезиум итн. Но најмногу од сè, нашиот организам содржи вода. На пример, големиот мозок содржи 80% вода, мускулите - 75%, коските - 25%!

Забележувајќи дека тие бројки ништо не ѝ значат на Кате, мајката ѝ ги појасни:

- Осумдесет проценти - тоа значи дека големиот мозок е скоро течен и во него има речиси само вода! А коските, кои се основа и цврстина на човечкото тело, содржат една четвртина вода. Нели е тоа за восхитување?

- Ете зошто водата и минералните соли му се толку потребни на човекот. Пиеме вода кога сме жедни, а организмот ја добива од сокови, супи, компоти,

млеко, а исто така и од други хранливи продукти. Некои од нив содржат многу големо количество вода, на пример краставицата и лубеницата.

- Вода има и во ќофтињата, во лебот, дури и во суварките. Без вода не можат да се вршат животните процеси - не може да се преработи храната, не може да работи срцето.

Без храна човекот може да преживее неколку недели, а без вода само неколку дена.

- А, ти зборуваше и за некакви соли?

- Минералните соли доаѓаат во човечкиот организам преку зелјето, јаболката, млекото и рибата.

Кога човек неправилно се храни, на пример употребува претерано многу белковини и ги изостави минералните соли и витамините, тоа може да доведе до болест. Особено ако човек јаде, а не е гладен.

- За да сме витки, да не се здебелиме, треба поретко да јадеме?

- „Поретко“, „почесто“ - сето тоа е неточно, ненаучно...

- Зар за храната може да се зборува од научен аспект?

- Ние токму тоа го направивме, кога ти раскажував за белковините, мастите и јагленохидратите. Така, ете, ќе зборуваме од научен аспект - лекарите, специјалисти за исхрана, препорачуваат децата да се хранат четири пати на ден.

- Зошто четири пати?

- Многу едноставно. За да се свари храната во желудникот потребни се три-четири часа. На тој начин, појадувате во осум или во девет часот, ручате околу еден часот, околу четири часот имате закуска по ру-

чек и во седум часот - вечера. Целата храна успева да се свари до моментот кога ја примаме новата храна.

- Знаеш ли, мамичке, јас мислев дека во сите семејства има таков ред, ама не е така. Ефимија, на пример, јаде во различно време, кога ќе посака. Баба ѝ понекогаш ја прашува: „Сакаш ли да јадеш?“ И Ефимија вели дека сака. И во секое време, дури и ако неодамна ручала, ќе ѝ пресечат парче леб, ѝ прават сендвич или ѝ даваат парче торта. А Марија, пак, обратно. Толку се плаши да не се здобели, што е подготвена и воопшто да не јаде. Таа само појаднува на брзина и вечера. А кога се враќа од училиште вели дека таму веќе ручала, иако тоа не е вистина.

- Едноставно, твоите пријателки не знаат колку е важна правилната исхрана. Ти можеш да им објасниш. Некои девојчиња кои не сакаат да се здобелат, се трудат поретко да јадат. И што станува? Тие обично јадат два пати повеќе отколку што може организмот да прими, и токму тогаш дел од храната што организмот не може да ја преработи се претвора во масти. Човек не само што не слабее, туку уште повеќе се дебелее.

Ако секогаш се храниме во исто време, целиот организам благовремено ќе се подготви за примањето на храната - се одделуваат стомачниот и жолчниот сок за варење на храната. Како резултат на тоа, храната добро се преработува. Но ако дошло времето за ручек, а човекот не јадел, соковите за преработување на храната напразно ќе се одделат, а тоа е штетно за организмот.

Ете го најважното правило за хранење на децата: секогаш да се хранат во исто време.

- А што ќе се случи ако дојде определеното време, а не ти се јаде?

- А зошто да не ти се јаде?

- На пример, немаш апетит...

- Катенце, ако не го нарушуваш определениот ред, апетитот секогаш ќе дојде навреме. Сети се, сум те хранела ли некогаш со сила? Никогаш, нели?

Кате се сети дека во нивното семејство сите деца имаат голем апетит: и таа, и Андреј, и Ангелина, речиси секогаш ги оставаа празни чиниите и не чекаа да се олади храната, како што прават некои други деца.

- Никогаш. Ние сите имаме добар апетит.

- А знаеш ли зошто?

- Зашто се храниме секогаш во едно исто време.

- И?

- Се молиме пред јадење. Храната тогаш е многу вкусна.

- Тоа е вистина. Кате ќе ти откријам една моја тајна: никогаш не сум ви дозволувала да јадете надвор од заедничките трпези, т.е. ненавремено. Затоа што мнозина се хранат ненавремено и не јадат месо или супа, туку почесто нешто „вкусничко“ - бисквитки, гурабијка, сендвич...

- Знам. Ефимија речиси непрекинато јаде нешто, или печени ореви или бомбони. А супа и воопшто нормална храна, не може да поднесува!

- Тоа е многу лошо. Ти разговарај со неа, зошто може да се разболи. Нејзиниот организам не ја прима неопходната храна! А што се однесува до лакомството, тоа е најопасно, зашто не само што се нарушува размената на материите, но може и рано да останеш без заби. Бонбоните, чоколадата и сладоледот претставуваат големо задоволство, но нанесуваат и голема штета. Во нашата уста и без тоа е топло и влажно, а ние дополнително внесуваме јагленохидрати кои се храна за ми-

кроорганизмите. Треба да ѝ ги кажеш на Ефимија барем трите главни „*правила за лакомиие*.“ Ги знаеш ли?

- Не.

- Не треба целосно да се откажеме од лакомството, туку треба да јадеме со мерка. Еве три правила како да ги запазиш забите од кариес:

Прво - не јади *бла̄го* *̄пред* јадење;

В̄торо - не јади *бла̄го* *заедно* со *дрӯга* *храна* или *̄о* *неа*. *Нашӣот* *ст̄омак* *не* *може* *во* *истӣо* *време* *да* *из-*
лезе *на* *крај* *и* *со* *месо̄то*, *и* *со* *ком̄ирӣе* *и* *со* *̄арче̄то*
̄тор̄ӣа. *Бла̄го̄то* *̄треба* *да* *биде* *̄осебна* *храна*;

Тре̄т̄о - добро е *̄о* *бла̄го̄то* *да* *изедеме* *едно* *ја-*
болко *или* *да* *си* *̄и* *измиеме* *забӣе*.

- А нели и гумата за цвакање ги штити забите?

- Велат дека гумата за цвакање ги штити забите од кариес. Можно е навистина да ги чисти. Но, од друга страна, таа е штетна за стомакот - човекот цвака ли цвака, а кутриот стомак чека во него да стигне храната, излачува стомачен сок за да ја свари храната, а таа не доаѓа. Ете како му се прави голема штета на дигестивниот систем. Освен тоа, таа навика, да цвакаме мастики, не е за христијаните. Претстави си како изгледа девојче кое непрекинато цвака и цвака?! Тоа е грозно и штетно. Нашиот свештеник го забранува тоа и јас не ви дозволувам да цвакате мастики.

- Ги запомни ли *̄правила̄та* *на* *лакомӣе*?

- Општо земено, ги запомнив правилата. Значи штетна храна е сè она што е слатко?

- Не е баш така. Сè може да се јаде, но со мера. шеќерот е потребен за организмот, но него го има доволно во овошјето, кое треба повеќе да го јадеме.

Исто така, штетно е да претеруваме со соленото и лутото. Се сеќаваш ли, кога на твојот именден беа

дојдени твоите соученички? Ме зачуди тоа што една од нив посака црн бибер и речиси секое јадење го пороси со него. Кога го извадив пилето, девојчето посака кечап и сенф. Но бидејќи дома го немавме ниту едното ниту другото, таа го прочепка пилето со виљушката и не го проба зашто не ѝ беше вкусно без пикантен зачин.

- Тоа е Ефимија! Таа така е навикната! Таа и во училишната трпезарија виршлите ги јаде само со сенф.

- Искрено кажано, ме чуди што има сенф во училишната трпезарија. А за Ефимија ми е жал, не само зашто пикантните зачини ѝ го расипуваат стомакот и пречат при варењето на храната, но од нив по извесно време кожата на лицето станува мрсна, неубава и излегуваат акни. Жал ми е што за неа секоја храна има еден ист вкус, сеедно дали е пиле или ќофте, или пак виршли. Може да се рече дека таа многу го расипала чувството за вкус. Веќе нема да може да почувствува колку се вкусни печените компири или колку е вкусен обичниот леб без никакви салами и зачини!

- Мамо, знаеш ли кога за прв пат почувствував колку е вкусен обичниот леб?

- Се сеќавам, - со насмевка одговори мајката.

- Кога наполнив седум години, јас прв пат почнав да постам за време на Великиот пост заедно со тебе и тато. Тогаш сè уште не одев на училиште. И се сеќавам, дома немавме ниту бонбони, ниту бисквити, ниту ванилини бисквити. За оброк, по ручекот, пиев доматен сок со леб. И ми се причини многу вкусен!

- Не ти се причинило Катенце, тој навистина е вкусен. Вообичаено не му го забележуваме вкусот зашто го јадеме како додаток со другата храна, но во суштина, лебот е многу корисен и хранлив. Во него лу-

ѓето вложуваат многу труд. Отсекогаш лебот се сметал за важна храна, речиси света. Леб јадел Спасителот со Своите ученици. За време на Литургијата, лебот по молитвите на Црквата се претвора во Тело Христово и ние, заедно со Крвта Христова, претворена од вино, се причестуваме со Него.

Мнозина верници сметаат дека е голем грев да се фрли леб на земја или да се фрли стар леб во ѓубре. Татко ти имаше една баба, Даница Иванова, ти никогаш не си ја видела. Таа е одамна упокоена, беше голема верничка, молитвеничка и испосница. Таа и мојот татко го водела како дете во црква и го научила да се моли. Веруваме дека и сега, се моли пред Бога за сите нас. Таа никогаш не оставаше леб, го дојадуваше секое парче. А ако, не дај Боже, мувлосо, таа внимателно ги сечеше расипаните делови и ги ронеше на птиците. Затоа татко ти толку се лути кога не го дојадувате лебот и оставате парчиња на масата.

- Мамо, на веронаука ни раскажуваа дека древните отци пустиници, цел живот јаделе само леб и вода и не боледувале, туку живееле по сто години.

- Затоа што лебот и водата содржат сè што му е неопходно за човекот. Но сепак, децата треба да се хранат со поразновидна храна. Нивниот организам сè уште е во развој и има потреба од белковини. Притоа, не заборавај, дека древните подвижници не се откажувале едноставно така од хрната, тие се повлекувале во пустините и се подвизувале во пост, заради Бога и за спасение на душата. Божјата благодат ги поткрепувала. Јас не верувам дека современиот жител, кој води обичен начин на живот во градот, ќе може долго да се храни само со леб и вода...

- А ете, вкусот на водата не го забележувам. Бесвкусна ли е водата?

- Таа има вкус, но тој се чувствува уште потешко од лебот. Затоа е потребно да се откажеш, дури и привремено, од други пијалоци, не само од кафе и чај, туку и од сокови и компоти.

Многу, многу одамна, кога тебе те немаше, јас и татко ти одевме крај еден извор на света вода, агијазма, во Малиники, блиску до Троица-Сергиевата лавра. До шумата се искачува по еден брег и од врвот на брегот, од изворот надолу, се спушта водопад. Тој шумоли и грми. Водата е многу чиста и бистра! Се верува дека е исцелителна. Има посебен вкус, со некаква посебна свежина и сладост. Долго време чувавме пише полно со таа вода и таа не се расипуваше.

Најдобар пијалок е чистата вода. Кога ќе јадеме овошје, сокот му е многу пријатен на вкус и многу корисен за здравјето. Исто така, корисни се и киселото млеко и чајот од билки. Од тие три работи примаме доволно течност и нема потреба да пиеме ништо друго. Црниот чај и кафето можат да бидат многу штетни, особено за децата. По многу јак чај или кафе, на човек му се чини дека јадел нешто, а во суштина тие пијалоци не даваат ништо хранливо на телото и служат само како средства за возбудување. Возбудувачки се нарекуваат тие средства што дејствуваат како бич на организмот: од нив работата на организмот се забрзува, а силите не се зголемуваат. Додека децата растат, особено им е потребна покалорична храна, зашто не само што се обновуваат клетките во нивното тело, туку се создаваат и нови. И ако децата се хранат со храна што ги нема потребните материи за растење на телото, тоа се разбира, не носи корист.

Ние ќе направиме голема грешка ако од младоста навикнеме на штетни навики. Многу е подобро да си господар на сопственото тело, отколку да се потчинуваш на неговите каприци и желби.

- Мамо, а со вотка можеме ли да се навикнеме и да имаме потреба од неа? Нели пијаните не можат без неа, како ние што не можеме без храна? Вистина ли е тоа?

- Ох, Катенце, тоа е маката на многу семејства, кога возрасните мажи не можат без вино, без вотка или други алкохолни пијалоци.

- Но нели и светите отци пиеле вино?!

- Само по себе виното не е зло. Но луѓето го прават зло. Ете, денеска и ние на масата ќе имаме шише вино и ние, возрасните, ќе пиеме за здравје на татко ти. Пијанството е лошо, кога се злоупотребува алкохолот, т.е. кога се пие повеќе од неопходното. Толку многу пијат, што губат контрола над своите постапки, престануваат да разбираат каде се наоѓаат, кој е пред нив.

- Мамичке, јас се плашам од пијаните луѓе! Кога гледам на улица пијан човек се трудам од далеку да го заобиколам, зашто не знаеш што да очекуваш од него!

- Точно така. Пијаниот човек и сам не знае што да очекува од себеси. Кога е во пијана состојба, човек е способен за најужасниот престап, дури е во состојба и да убие. Способен е да го уништи и туѓиот и сопствениот живот, за навек да ја погуби својата душа. Најлошо од сè е што луѓето брзо стануваат пристрасни кон алкохолот. Еднаш, двапати, трипати, и организмот почнува веќе да има потреба од вино. Човекот, највисокото Божјо создание, се покажува како роб на пиешето и станува опфатен од страста на честото пиење вино и само чудо може да го спаси.

-Штом пијанството е големо зло за мажите, тогаш тоа е уште поголемо зло за жените. Прво, жените многу побрзо стануваат зависни од алкохолни пијалоци и за брзо време можат да се опијат до губење на свеста и второ, потешко е да се излекуваат од таа болест, од алкохолизмот. И на крај, ако жената пијаница посака да стане мајка, таа не ќе може да роди здраво дете. Таквите жени често раѓаат деца со големи психофизички проблеми. Тие деца не можат да научат да зборуваат, многу малку разбираат итн.

Има уште една лоша навика што е штетна за телесното и душевното здравје. Тоа е пушењето. За жал, има многу луѓе што пушат.

- Вистина ли е дека тато порано пушел?

- Вистина е. Тој ја стекнал таа лоша навика во повисоките класови во училиште. А кога студирал, за време на испитите, кога учел поангажирано, тој пушел по цела кутија на ден! Тоа е претерано многу.

- Но сега веќе не пуши!

- Слава Му на Бога, тој одамна ги откажа цигарите, уште пред ти да се родиш. А за тоа имам и јас заслуга. Кога се запознав со татко ти, кај него само едно не ми се допаѓаше, а тоа беше пушењето. Тој мирисаше на цигари и јас не криев дека тој мирис ми е непријатен. Наскоро забележав дека тој не само што не пуши воопшто на нашите состаноци, туку и се труди да го тргне мирисот од тутунот, јадејќи ментол бонбони. Но цигарите сосема ги откажа кога се венчавме и кога му кажав дека го чекаме нашето прво дете. Јас му објаснив дека идната мајка не само што не треба да пуши, туку не треба и да го вдишува димот од тутунот, дури не треба ни да го мириса од устата на друг човек. Татко ти тогаш пред мене ја фрли во кантата последната

кутија цигари и вети дека заради мене и тебе никогаш повеќе нема да чува цигари дома и нема да пуши. И си го одржа зборот. А јас се восхитував на неговата цврста и силна волја.

Гледаш ли колку многу нешта зависат од жената! Зошто многу момчиња започнуваат да пушат? Затоа што сакаат да изгледаат повозрасни во очите на девојчињата, сакаат да изгледаат како возрасни мажи. А девојчињата не само што не ги спречуваат, туку и го одобруваат нивното пушење, гледајќи во тоа некаква смелост, некакво херојство. Некои девојчиња, подражавајќи ја таквата лоша постапка на момчињата, и самите почнуваат да пушат. Колку е ужасно тоа, Катенце! Лош здив од устата, жолти заби, сива, пепелава кожа на лицето, предвремена старост, страшни болести на белите дробови - ете што ги чека таквите девојчиња. Мислам дека таквите девојки нема да можат никогаш да родат здрави, силни деца. А всушност, момчињата тајно ги презираат девојчињата што пушат. Тие можат да се шегуваат заедно со нив, да се забавуваат, но кога си одбираат жена, сопатничка за цел живот, ги претпочитаат девојчињата без лоши навики.

- Значи и пушењето, исто така, станува навика, како и пијанството?

- Кон цигарите, човек се привикнува многу брзо, особено во детството и тинејџерската возраст, а се одвикнува со огромни напори. Знаеш ли колку пати татко ти, кога беше нервозен или уморен од работа, по навика посегнуваше во џебот за да извади цигари! Колку пати додека разговараше со колегите, и кога сите палеа цигари, тој почнуваше во рака да го врти пенкалото или очилата, со цел некако да се одвлече од желба-

та да земе цигара и да ја стави во уста. Тој дури и од мене криеше колку му било тешко.

Тутунот е многу штетен за нервниот систем. Тој ги парализира нервите, т.е. им ја одзема силата. Човек што навикнал да пуши, под влијание на цигарите престанува јасно да го чувствува заморот или болеста, зашто нервите, коишто треба да му дадат сигнал за тоа, стануваат тапи и лошо работат. Тутунот дејствува на срцето и го тера да чука претерано брзо. Од тоа слабнува и се скратува животот на човекот.

Стотици илјади деца умираат од детска парализа, зашто нивните родители многу пушеле. Жените често го губат здравјето поради тоа што нивните мажи многу пушат и постојано го загадуваат со отрови воздухот во домовите.

Испитувања што се прават во училиштата многу пати покажале дека момчињата што пушат потешко сфаќаат од оние што не пушат, зашто нивниот мозок станува тап и слабнува нивната способност за концентрација.

- Но во светот има многу добри луѓе кои пушат...

- Токму во тоа е и лошото. Со своето однесување, како познати и почитувани луѓе, ги соблазнуваат другите, им даваат лош пример. Најверојатно тие луѓе почнале да пушат во својата младост, пред да дознаат колку е штетен тутунот. А сега пушењето веќе им станало навика од која речиси не е можно да се избават. Ми се чини дека тука се потврдува уште еден заклучок: дека не треба да се приврзуваме кон работите што не прават робови. Јас сакам и ти да пораснеш како наполно слободна личност, слободна од сите порочни навики, од сè што не заплеткува и врзува. Сакам слободно да мислиш, слободно да дејствуваш, слободно да одлу-

чуваш со сите сили и способности на твоето тело и на твојот дух, како што и ни заповедал Господ...

Значи Кате, сè е готово. До доаѓањето на гостите останува уште еден час. Одам да ги разбудам децата, доста им е спиење. Почни да ја местиш масата.

РАЗГОВОР II

Што претставува човечкото тело? Душата и телото. „Дом на душата.“ Колку премудро е устроено нашето тело. Зошто сгарциите имаат толку различни лица? Храм на Светиот Дух. Телесните дрвови (стомакоугодие и блуд) го осквернуваат телото. Тоа, истото така, се осквернува и од надменост и занемарувањето на чистотата. За да не те сметаат за немарна... Колку пати си ги миеме рацете. Како да се грижime за нозете. Личната хигиена не треба да се занемарува. За некои функции на телото може да се разговара само со мама.

Една вечер мајката влезе во собата на девојчињата. Ангелина веќе беше заспала во длабок сон, а Кате седеше на креветот и на светлината на ноќната ламба си ја плетеше косатата за да си легне.

- Катенце, се помоли ли?
- Да, мамичке.
- Не обрнав внимание, прости. А нозете си ги изми?

- Ги измив на Ангелина.

- А твоите?

- Мамо, не успеав. Ми се спие, долго се молев, целото вечерно правило го прочитав!

- Но за миене на нозете не се потребни повеќе од десет минути. Да не те фатила мрза, случајно?

- Не знам. Ми се чини дека за тоа време подобро е да направам нешто душекорисно, да читам од Евангелието или некоја друга духовна книга. Тоа за душата е попотребно. А ти сè за телото, за телото!...

- Тоа досега не сум го чула од тебе, Катерина. Од каде таков презир кон телото? Ми се чини дека не си во право. Легни си штом си се помолила, а јас малку ќе поседам со тебе. Да поразговараме, сакаш ли? Само тивко...

Кате со задоволство се пикна под чистиот чаршав. А мајката почна со прашањето:

- Според тебе, што претставува човечкото тело?

Кате, вредната ученичка од веронаука, не требаше долго време да размислува:

- Човекот се состои од душа и тело, како од два дела. Телото сите го гледаат. Тоа расте, јаде, пие, боледува; а душата никој не ја гледа, таа е невидлива, како што се ангелите. Таа е на повисоко скалило од телото, поважна е од телото. Таа нè прави поразлични од животните и нè приближува до Бога. Таа е бесмртна, вечна, прекрасна! А телото е привремено, тоа боледува, старее, пропаѓа и умира. Тогаш душата излегува од телото и до Страшниот суд е одделена од него. А телото седи во гробот, го јадат црви...

- Мрачна глетка. А потоа?

- Кога?

- Ти рече: до „Страшниот суд“. А потоа?
- Потоа душата повторно се соединува со телото и човекот ќе воскресне.
- Со какво тело таа ќе се соедини?
- Со своето, со истото.
- Така, така, тоа е многу важно - со истото, со своето тело. Најважното добро го знаеш, а мене ми останува само да дополнам.

Човечкото тело е дом на душата. Само со помош на душата, телото може да живее во овој материјален свет и да општи со други души. Нели не ги гледаме душите на другите луѓе? Ти точно рече дека душата е невидлива. А душата е најважниот дел од човекот. Тука, исто така, си во право. Така што, ние не ги гледаме душите на другите. Ги гледаме само „куќичките“ во коишто живееме, зашто нашите тела, како што и ти кажав веќе, се само восхитувачки куќички со прозорци, врати и различни соби. Но додека живееме во светот, тие куќи за нас се многу вредни, не можеме ниту да ги дадеме, ниту да ги продадеме, ниту да ги замениме, ниту да се преместиме од една куќа во друга. Колку и да се повреди нашата куќа додека престојуваме во светот, должни сме да живееме во неа. Затоа треба со грижа да се однесуваме кон нашето тело, да внимаваме сите негови органи да бидат во ред и никогаш да не дозволуваме кој било друг човек да му причинува штета.

Ти имаш само еден пар очи и се разбира, треба да ги чуваш. Има многу луѓе, кои читајќи на темно или на слаба светлост од ламба, ги напрегаат очите и си го расипуваат видот, како тоа да не се нивни очи, како да

се обични очила кои кога ќе се општатат ги фрламе и одиме да си купиме нови!

Несомнено, нашето тело заслужува поголема почит. Тоа ни е дадено од Бога, тоа е разумно, та дури и премудро устроено. Ниедна машина не може да се спореди со неговото совршенство.

Кога ќе се разболи еден орган, друг веднаш почнува позасилено да работи. Здравите клетки сами се борат со болните. Срцето постојано се стега и отпушта, пумпајќи ја крвта по целото тело. А како е устроено човечкото око? А увото? Или, пак, носот? Изгледа како да нема ништо интересно; стрчи на лицето со две дупчиња. А би можела да ти раскажам како функционира неговиот систем што нè заштитува од микробите и правот, како тој заштитува од опасности, ако воздухот е загаден. Затоа и носот треба многу да го негуваме и во никој случај да не чепкаме со прст во него, туку да користиме шамивче за нос, на што ве учам сите.

Треба да го цениме нашето тело, да го чуваме неговото здравје недопрено, како скапоцен Божји дар! Нашето телесно здравје треба да им го предадеме на нашите деца; јас вам четворицата, а вие на вашите идни синови и керки.

Искрено речено, ме налути твоето однесување кон телото како кон стара облека, којашто сме ја износиле и сме ја фрлиле. Ти самата знаеш дека во истото тело ќе воскреснеме, ќе застанеме пред Божјиот суд и ќе отидеме, поради нашите гревови или во Царството небесно или во пеколот. Дури и тоа долго да лежи во земјата и да стане земја, во денот на Судот сите тела ќе се возобноват.

- Мамо, а тие луѓе што биле раскинати од диви сверови?

- Сите делови на нивното тело ќе се соединат и нема да се измешаат со туѓи.

- А тие што се удавиле, или изгореле во пожар, или пак, настрадале во експлозија?

- Црквата нè учи дека телата на сите луѓе ќе се соединат со своите души, каде и да се наоѓаат и во каква и да се состојба. А како точно ќе стане тоа - зошто само да погодуваме?

Уште сакам да ти кажам дека душата и телото се многу тесно поврзани. Многу потесно отколку што сме поврзани со нашата облека или со нашите куќи и станови. Имаш ли забележано дека лицата на старите луѓе се многу различни?

- Се разбира. Некои имаат добри лица, како на нив да има тивка насмевка и љубов, а некои имаат надвиснати веѓи, искривена уста - зли лица, непријатни.

- А знаеш ли зошто е тоа така? Зашто со текот на времето страстите се отпечатуваат на лицето. Ако не се бориш со нив, тие стануваат јавни. Лицето на таквиот човек како да ги предупредува другите: „Внимание: гнев, раздражност, скржавост, гордост.“ Тука веќе никакво преправање не може да помогне, апсолутно сите ги гледаат твоите основни гревови.

Кате се замисли. Таа не сакаше да има лице искривено од страсти. А мајка ѝ продолжуваше:

- Ете, бори се со гревовите ако сакаш во староста да имаш убаво и светло лице... Некаде кај светите отци читав дека и по воскресението секое тело ќе сведочи со својот изглед за гревовите извршени од човекот додека бил жив. Едни тела ќе бидат светли и убави - тие луѓе ќе одат во рајот, а другите - темни и страшни...

И уште нешто. Ти како православна христијанка, знаеш дека телото не е само живеалиште на нашата душа. Тоа се нарекува и храм на Светиот Дух, зашто нашата душа со својата добра, виша и духовна страна се соединува со Бога. Кога се причестуваме, ние во себе го примаме самиот Христос во вид на леб и вино. Притоа се осветуваат и нашата душа и нашето тело. А да го оскверниш храмот на Светиот Дух е голем грев. Кажи ми, со што човекот го осквернува телото?

- Со што? Со гревовите.

- Да, на прво место со телесните гревови: стомакоугодие и блуд. Тие гревови го осквернуваат телото, па дури и надворешно го деформираат.

- Мамо, а што е тоа блуд?

- Тоа е кога човек стапува во интимни односи со други луѓе, а не со својот сопруг, маж или жена, кога стапува во такви односи без благослов на Црквата, без венчање, и на крај, кога тие односи се вршат надвор од семејството, не со цел да се родат деца, туку едноставно така, заради задоволување на гревовната страст на лекомислените луѓе. Гревот на блудот е страшен смртен грев. Во Евангелието јасно е кажано дека тие што блудствуваат нема да влезат во Царството небесно, т.е. дека ги чека адот, ако претходно, се разбира, не се покајат и поправат.

Стомакоугодието и блудот не ја погубуваат само душата, туку дејствуваат погубно и за здравјето. Стомакоугодниците често страдаат од болест на стомакот и цревата и од нарушена размена на материи. Блудниците често боледуваат и од неизлечиви болести, при што, уште додека се живи, телото им пропаѓа, крвта им се расипува, им се распаѓа организмот...

Да не зборуваме повеќе за такви страшни работи. Како што ти реков веќе, телото се осквернува едноставно и со преправање. Едно девојче од твојот клас има навика да го тегне крајот на очите надолу, а во исто време ги пика палците во устата и ја тегне на сите страни. Сето тоа го прави за да се насмеат пријателките. Со тие ѓаволштини таа си го расипува лицето и станува уште побезобразна.

Телото се осквернува и од запоставување на хигиената. Да, обичната чистота на телото, за која ти искажа презир.

Веќе ти зборував дека организмот исфрла многу непотребни и штетни материи преку кожата која има пори, многу мали отвори, невидливи за човечкото око. За да биде човекот наполно здрав, тие отвори не треба да се загадуваат. Ако непотребните материи, што излегуваат преку порите, останат над кожата и не се измијат навреме со вода, тие ќе ги запушат порите и човекот ќе се почувствува болно. Затоа, потребно е телото да биде постојано чисто. Треба да се миеме колку може почесто, за да не се загадат порите и да не им причинуваме непријатности и на луѓето околу нас.

- На луѓето околу нас?

- Да, на луѓето што живеат блиску до нас. Потта што излегува низ порите има непријатен мирис, особено на некои места од нашето тело. На пример, меѓу прстите на стапалата. Ако човек не навикнал да си ги мие нозете, луѓето веднаш го забележуваат тоа, иако воспитаните луѓе никогаш нема да покажат дека нешто им пречи. Од човек, од кој постојано излегува тежок и непријатен мирис на пот, луѓето стојат подалеку. А за да се избавиш од непријатниот мирис, може да ти помогне само редовната хигиена.

Девојчето, ако не сака да го сметаат за немарно, треба внимателно да се грижи за чистотата на телото. Да си ги мије забите наутро и навечер, секој ден да си ги мије ушите и вратот, а не само површно да ги исплакне лицето, ушите, рацете и нозете. Дај ми го рачето! Така треба, ноктите се исечени, нема нечистотија под нив, дланката е мека... и не е чудно, па нели рацете си ги мијеме со сапун најчесто од сè. Ајде да се потсетиме колку пати на ден си ги мијеме рацете.

- Наутро, кога станувам, навечер, пред легнување, кога се враќам дома од училиште или прошетка, пред јадење, пред готвење, по готвење, по миење на садовите и во посебни случаи, кога рацете ќе се извалкаат со нешто.

- Гледаш ли колку пати го правиме тоа. Многу се радувам што навикнавте често да си ги мијете рацете. Тоа ве чува од многу заразни болести. Само никогаш не заборавај да ги мијеш, не само прстите и дланките, но и глуждовите - ете тука. И уште - бриши ги рацете сè додека не се исушат.

За ноктите, исто така, треба да се грижиме. Ти ги сечеш само со ноктарка или мали ножички, но тоа не е доволно; гледаш дека не се многу рамни и дека остануваат остри крајчиња. Секој пат кога ги сечеш ноктите на рацете или на нозете треба да користиш пиличка; со неа можеш внимателно да ги рамниш краевите на ноктите.

Ти, за среќа, немаш лоша навика да си ги гризеш ноктите. „Гризачите“ имаат грозни нокти, а прстите им изгледаат толку лошо, што не можеш ни да ги погледнеш. Од таа навика е тешко да се одвикнеш. Некои мајки ги мачкаат прстите на своите деца со нешто горчливо - тоа обично помага.

Иако со рацете на девојчињата сè е во ред, тие за нозете се грижат помалку. Нозете задолжително треба да се мијат секој ден. Тоа не само што е хигиенски, туку е и многу корисно за здравјето, зашто миењето со млака вода е чудесна процедура што го зацврстува здравјето. А ако си решила да ги исечеш ноктите на нозете - тоа, како што знаеш, треба да се прави почесто од два пати во месецот. Добро е претходно да ги измиеш со топла вода во која може да ставиш и малку сода бикарбона. Ти веќе сама треба да го правиш сето тоа.

Освен тоа, треба да се грижиш и за петиците. Во летните денови, кога одиш боса или со сандали, кожата на петиците и стапалата затврднува, станува груба и корава. За повторно да стане мека, треба да ги отстраниме стврднатите делови. Знаеш ли како се прави тоа? Го земаме камчето за нозе и по миењето ги триеме петиците и стапалата. На тој начин секогаш сум ти ги триела петиците. Но и ти не треба да заборавиш да го правиш тоа.

Уште, сакам да ти кажам, Катенце, дека твојата лична хигиена - грижата за нозете, миењето, триењето со камен и другите хигиенски процедури, не треба да ги покажуваш пред луѓето, а ниту да ги разгледуваш и за нив да разговараш со туѓинци, дури ниту со твоите пријателки. Тоа е само твоја лична работа и не треба никому да му објаснуваш во детали за тоа како се грижиш за своето тело.

- Зар тоа е грев?

- Не е грев. Потребно е да се грижиш, природно е. Но недолично е тоа да се расудува со другите. Обично, пред луѓето се покажуваме измиени, облечени и исчешлани. Но сите тие работи ги вршиме во својата

соба или во бањата. Тоа е така не затоа што е лошо да се миеш или да се чешлаш, туку затоа што не е учтиво да се занимаваш со твојата лична хигиена пред луѓето.

Никој не ја става кантата за ѓубре во гостинската соба, но на сите им е јасно дека секојдневното собирање и фрлање на ѓубрето од дома е понеопходно отколку, да речеме, свирењето пијано, затоа што здравјето на семејството зависи од чистотата и уредноста. Гостите не ги примаме во истата бања каде што ја переме нечистата долна облека, но сите знаат дека долната облека треба да се пере. Иако таа работа не е баш пријатна, никој не би рекол дека е лоша. Така и некои органи на нашето тело имаат потреби што воспитаните и учтиви луѓе ги вршат насамо.

Знаеш дека храната служи да го одржува телото. Откако храната ќе влезе во устата, таа минува низ стомакот, таму се преработува, потоа оди во цревата и тие ја вшмукуваат. Потоа минува во крвта и се разнесува по сите најмали жилички, клетките на телото ја апсорбираат, ја преработуваат и таа станува тело. Но не сè што сме изеле минува по тој пат.

Дел од таа храна се отстранува од телото во вид на отпадок, точно како што остануваат лушпи од компири, парчиња од јаболка, лушпи од јајца и други слични остатоци во кујната, кои се фрлаат за да биде чисто. Неопходно е и нашето тело навремено да се pročисти од сите отпадоци. Ако тие се задржат подолго отколку што треба, тоа е многу штетно и се одразува на здравјето.

Ние пиеме млеко, вода, сокови. Течностите, минувајќи низ телото, ги мијат органите и потоа се исфрлаат од организмот. Многу е важно загадената вода да не останува во телото подолго од потребното време.

Девојката што е скромна и се почитува себеси, а уште повеќе - што е христијанка, не треба да си дозволи никому да му зборува за некои функции или делови на телото и така да направи да му биде непријатно да слуша. Ако некоја од нејзините пријателки се обиде да ѝ раскаже нешто грубо и недолично, таа треба да ја запре пријателката и да ѝ рече: „Јас не сакам да ми зборуваш за тие работи. Ќе ја прашам мајка ми и таа сè ќе ми објасни.“

Не чуди се, Катенце, што ти зборувам за тоа што го знаеш и правиш одамна. Тоа што не си ги измила еднаш нозете пред легнување и си ги пропуштила другите хигиенски процедури, се разбира, не е трагедија. Денеска ти навистина си уморна. Но, сакам тој исклучок да си остане исклучок, а не да стане правило, разбираш? Зашто лошите навики многу лесно се стекнуваат, а добрите навики тешко се стекнуваат. Еднаш-двапати не си се измила пред легнување и веќе не сакаш, те мрзи...

А сега спиј. И запамети дека чистотата на телото е нашето најдобро украсување. Господ да те чува.

И мајката ја прекрсти Кате.



РАЗГОВОР III

***„Седи исправено!“ Ползайѝа од сѝорѝскиѝе акѝив-
носѝи. Шѝеѝаѝа од ѝрофесионалноѝ сѝорѝ. Како
мајкаѝа на Каѝе се одучила да не се ѝодѝрбавува.
Како ѝоложбаѝа на седеѝеѝо влијае на здравјеѝо.
Положбаѝа на ѝелоѝо е ѝоврзана со душевнаѝа
сосѝојба. Шѝо значи „секоѝаш да одиме ѝред Боѝа.“
Коѝа меѝу ѝелоѝо и душаѝа има соѝласносѝ. Како
ѝие се ѝроѝивсѝавувааѝ еден на друѝ. Во ѝѝо е
ѝолзайѝа од хрисѝијанскиоѝ ѝосѝ.***

-Кате, те молам, седи исправено, - се слушна гласот на мајката.

- Девојчето, седејќи на бирото, автоматски се исправи. Мајката ги редеше чаршафите и детската долна облека во орманот. По извесно време, таа повторно ја погледна ќерка си и виде дека пак седи неправилно. Левата рака, која беше потпрена со лактот на масата, млитаво ја потпираше опуштената глава.

- Каатее... - повторно рече мајката.
- Што е мамо?
- Сврти се за момент. Што правиш?
- Водам дневник. Запишувам што се случи вчера.

- Тоа е добро. Но ти многу си се занела и седиш згрбавено. Внимавај на себе, те молам. Кога ќе завршиш со пишувањето, те молам, дојди кај мене, ми треба совет.

"Совет?" Тоа ја заинтересира Кате. По пет минути таа беше во кујната каде што мајка ѝ приготвуваше вечера.

- Една наша познаница од парохијата, - започна мајка ѝ, - тетка Марина... Ја познаваш?

- Се разбира.

- Таа ја запиша својата Виолета на спортска секција по пливање, таму има група деца од предучилишна возраст, кои одат на базен. Таа ми препорачува да го запишам и Андреј таму.

- И што?

- Јас и татко ти сè уште не сме одлучиле. Од една страна, тоа, се разбира, е добро. Ќе се научи да плива, поретко ќе боледува и ќе го развие градниот кош. Од друга страна, тренинзите се три пати неделно. Кој ќе го носи на базен?

- Ти сакаш тој да стане спортист, шампион?

- Во никој случај. Кога некој професионално се занимава со спорт, спортот го „јаде“ целиот живот на човекот, не му останува ниту време ниту сили за други активности. Освен тоа, спортот развива дух на натпреварување, а тоа значи, превознесување над другите, т.е. гордост. Секој вистински спортист се стреми да постави рекорд, т.е. да постигне во својата дисциплина нешто повеќе од другите; највисоко да скокне, најбрзо да трча или плива. Спортистот во сè си поставува ограничувања - и во храната, и во одморот, и во семејните радости, но заради што? Не заради Бога, како христијанските подвижници, туку заради својот рекорд. Ми се чини дека тоа не само што е бесмислено, туку претставува и штетно ограничување за душата.

Но, јас и татко ти, не сакаме нашиот син да стане шампион. Сакаме само тој да порасне во здрав и си-

лен човек. Гледаш ли колку е блед, често настинува. Тоа е така затоа што живееме во центарот на градот и тој малку се движи. Се разбира, јас се трудам да ви организирам игри во движење, почесто да одиме на прошетки, но тоа, очигледно, не е доволно.

Детскиот организам сака движење, особено организмот на момчето. Пливањето, ми се чини, е токму тоа што е потребно. Притоа, помага да се оформи исправен грб, правилно седење. Инаку нашиот Андреј ќе почне да се згрбавува како тебе...

На Кате ѝ стана непријатно што беше посочена од мајка си како лош пример. Таа се исправи незабележливо.

- Во детството и јас исто така се згрбавував, - продолжи мајката како да не забележала ништо, - но јас имав многу строга баба. За да ме одучи од навиката да се подгрбавувам, таа почна, без да ме предупреди, да ме плеска по грбот. Знаеш, не е многу пријатно; седам и читам интересна книга и си ги учам лекциите и не забележувам како баба ми се приближила. Ме удира со дланка по грбот! Не боли, но здодевно е. За да го избегнам тоа, почнав да внимавам на себе. Долго време ми требаше да научам правилно да седам, а кога навикнав, повеќе не можев поинаку; и во училиште, и дома, и пред луѓе и кога бев сама, постојано седев исправено, стегнато. Дури и моите родители ги прашуваа: „Ќерка ви е балерина? Или, пак, гимнастичарка? Сите девојчиња се подгрбавуваат, а таа е права како жица..." Гледаш ли како излезе; тогаш јас ѝ се лутев на баба ми, се навредував, дури и плачев, а сега, многу сум ѝ благодарна. Се разбира, не е работата во тоа што е грозно подгрбавувањето, но согласи се дека тоа, исто така, е

важно. Важно е дека неправилното држење на телото лошо влијае врз здравјето.

Научниците и лекарите одамна забележале дека секое неправилно движење на телото има лоши последици. На пример, тие откриле дека кај малите деца, рамниот, вдлабнат граден кош е многу ретка појава. Тој станува таков подоцна, за време на школувањето, кога децата седат со часови наведнати над книгите. Лекарите, исто така, забележале дека навиката да се потпираш на една нога го развива телото нерамномерно - човекот станува малку искривен. И не само телото, туку и лицето станува неправилно; едната страна е позаблена а другата порамна; едната страна на устата виснува; носот се искривува настрана и едното око е поотворено од другото. Па ете, ако сакаш лицето да ти е симетрично, те советувам, без да одложуваш, да се научиш правилно да седиш и да стоиш. Но неправилните црти на лицето не се најголемата несреќа. Од навиката да стоиш на една нога или да седиш искривено, потпирајќи се на едната рака, внатрешните органи се изместуваат од своето место и тоа доведува до многу маки кога девојчето ќе порасне и стане мајка.

Ти знаеш дека бебето треба да проживее три четвртини од годината во телото на својата мајка и потребно му е место каде што ќе расте. Ако мајката, уште како девојче, се оформила неправилно и станала искривена или подгрбавена, „собичката“ каде што треба да расте детето, веројатно нема да се развие правилно, ќе биде свиткана или изместена од местото. На бебето ќе му биде тесно, ќе се роди предвреме и ќе биде небаво, болно и слабо.

Но има и уште една причина поради која не треба да бидеме подгрбавени, опуштени и искривени со

целото тело... Знаеш ли која?

- Сигурно, непочитување кон луѓето околу нас?
Неубаво е да седиш опуштено пред другите...

- А пред своите, пред ближните? Пред тато и ма-
ма, браќата и сестрите?

- Исто така не е многу убаво.

- А насамо, кога никој не те гледа?

- Не знам...

- Ајде тогаш да направиме еден мал експери-
мент. Застани исправена пред мене. Сега благо свиткај
ги колената, рамењата помести ги напред, рацете сло-
бодно нека висат, наведни ја главата настрана, спушти
ја брадата и благо отвори ја устата. Како се чувству-
ваш сега?

Кате побрза да ја смени позата, а мајката про-
должи:

- Сега замисли си дека правиш нешто за што е
потребна активност, сила, смелост - на пример дека тр-
чаш и се натпреваруваш со некого или се искачуваш на
врвот на некоја височина. Погледни како ти се стегнаа
колената, грбот ти се исправи, главата ти се дигна, ус-
тата ти се затвори и очите ти заблескаа. Ти се чувст-
вуваш силна, бодра, смела...

Гледај како одат луѓето; еден мрзливо ги влече
нозете по земјата, ги подвитува колената; целото не-
гово тело е опуштено, бессилно; рацете висат и се кла-
тат. Од таков човек тешко можеш да очекуваш реши-
телни и смели постапки. Другиот оди брзо, гази тврдо,
се држи исправено и бодро. Дури и само по неговиот
изглед можеш да претпоставиш дека таквиот човек е
склон да дејствува решително и енергично.

Сето тоа го зборувам за да разбереш дека полож-
бата на нашето тело е тесно поврзана со нашата вна-

трешна, душевна состојба. Јас и ти веќе разговаравме за тоа. Јас ти објаснив дека душевната состојба се одразува на здравјето и надворешноста. А можеби и обратно...

Кате, знаеш ли што значи тоа „секогаш да одиш пред Бога“?

- Се разбира, ти ми објасни. Тоа значи дека човек треба да живее така што ќе има на ум дека секоја минута е набљудуван од Бога.

- Тој и сега нè гледа, мене и тебе, нели? Се секаваш ли на тоа? Тогаш обиди се да седиш слободно, опушти го вратот, благо отвори ја устата, потпри се на лактот, прекрсти ги нозете...

Кате се раздвижи и неспокојно се насмевна. Не сакаше тоа да го направи, иако претходно со задоволство ги исполнуваше задачите што ѝ ги поставуваше мајка ѝ. Не со умот, туку со некакво таинствено внатрешно чувство, таа разбираше дека пред Бога треба да се седи на друг начин.

Мајката, исто така, се насмевна:

- Тогаш, седни така како што треба според тебе да седи човек кој верува силно дека Бог сега го гледа и дека не го гледа само неговото однесување, туку и мислите, чувствата.

Кате се исправи, ги опушти рамењата, ги стави рацете на прибраните колена, погледна кон иконата и тивко, само за себе, рече со вера: „Господи, помилуј!“ Пријатно беше човек да ја гледа; пред мајката седеше умно, прибрано девојче со светло лице, осветлено од чиста мисла.

- Ех, кога постојано би биле такви! - воскликна мајката. - Сега во тебе видов целосна хармонија меѓу душата и телото. Твоето тело ѝ се потчини на душата.

Душата се сети на Бога, се сврте кон Него, па така и телото стана должно да се потчини.

А има и други ненормални односи меѓу човечката душа и телото; Телото е непослушно и прави што сака...

- Како тоа?

Желбата да се опуштиш е желба на телото, т.е. на плотта. Лошо е кога душата не се противставува на таа желба, туку прави обратно, велејќи: „Е, добро! Јас, исто така, ќе се опуштам и ќе заборавам на Бога, ќе фантазирам..."

Во таква состојба нема ниту да се помолиш, ниту да помислиш на нешто благородно и духовно. Ќе мислиш само како да каснеш нешто, како да поспиеш и да се позабавуваш...

Некои гревови произлегуваат од тоа што не сака телото да ѝ се потчини на душата. Како на пример, стомакоугодието. Телото посакува: „Сакам нешто вкусно!" Душата се обидува да се противстави: „Сè уште не е дојдено времето, почекај, уште малку, па ќе биде ручекот...", а потоа отстапува. Кутратата душа, не станува господарка, туку роб на телото. Веќе и нејзе ѝ се чини дека треба повеќе и повеќе да јаде, и тоа повкусно и повкусно - тогаш, значи, ќе биде добро.

Но кога постиме, сè си доаѓа на место. Телото, на пример, вели: „Сакам млеко! Или, пак, јајце." А душата сигурно му одговара: „Ништо мрсно нема да ти дадам. Денес е петок, сите христијани постат, а јас сум, исто така, христијанка.“

Во тоа е големата полза од постот, тој нè учи да ги потчинуваме телесните потреби на душевните.

Кате се замисли. Ете, се покажа какви сложени односи постојат меѓу душата и телото. Тие си против-

речат еден на друг цел живот, незадоволни се еден од друг, а потоа, кога човекот ќе умре, се разделуваат... Таа воздивна. Мајката ја разбра нејзината мисла.

- Не се нажалувај. Кога човечкото тело повторно ќе се соедини со душата по воскресението, меѓу нив ќе има полна согласност. Праведниците ќе имаат светли и прекрасни тела, а грешниците - темни. Јас и ти веќе зборувавме за тоа...

- Сфати ли, Катенце, зошто толку често ти напомувам да стоиш исправено? Се плашам и за твојот вид. Кога се наведнуваш ниско над бирото, се расипуваат очите.

И сега, што мислиш, како да постапиме со Андреј?

- Мамичке, а може ли да го носиме двапати неделно на базен, наместо трипати? Еднаш може да го носи баба, а другпат - ти. А јас тој ден ќе останам со девојчињата...

- Треба да прашаме, - воздивна мајката, - и треба да се посоветуваме со нашиот свештеник. Ајде, оди одмори се.

Кате се врати во својата соба и го отвори дневникот.

Таа го запиша следното: „Повторно разговараме со мама за душата и телото.“

РАЗГОВОР IV

*Катѐ не ои́де на училиштѐ. За штѐ се грижеше
мама. Почетѐкош на ѓоловош созревање на орѓа-
низмош на девојчетѐ. „Боли ли?“ Како се однесува
девојчетѐ во шакви денови. Неошходно е четѐ да се
миеме! Зошѐ христијаништѐ шоа го нарекуваа
„нечисѐшја.“ Однесувањетѐ во црква.
Зошѐ девојчињата бележат на календарош.*

- Мамо, може ли денес да не одам на училиште?
- Што е работата?
- Ме боли stomакот...

Можеби некоја друга мајка би се насмеала на искреноста на својата ќерка, зашто не е тајна дека некои деца се извлекуваат од училиште под изговор дека се болни. Де главата ги боли, де stomакот, де нешто друго - особено во деновите кога не ја научиле лекцијата или се плашат од тежок тест. Но Кате беше чесно и послушно девојче, а најважно е дека таа сакаше да учи.

Затоа мајка ѝ сериозно се загрижи; Каква е таа болка во stomакот? Девојчето уште малку ќе наполни единаесет години; Тоа веќе може да биде болка од физиолошки карактер, а таа не ја предупредила ќерка си, ништо не ѝ кажала... всушност, единаесет години... зар, не е уште рано?

Мајката на Кате се присети дека тоа кај неа се случи за првпат на дванаесетгодишна возраст. Тогаш воопшто не беше запозната со таа работа на женскиот

организам и едно утро се ужаси, не разбирајќи што ѝ се случува, и збунето ја праша баба си: „Умирам ли?“

Иако се покажа дека Кате ја нема таа болка, туку дека има мало труење, мајката реши да не го одложува разговорот. „Подобро порано да дознае.“ - реши таа.

Вечерта, пред легнување, откако ги стави Ангелина и Дафинче да спијат во спалната, таа седна на креветот на Кате.

- Како си? Не те боли стомакот?

- Не, веќе не ми се лоши. Само некаква слабост...

- Слабоста е можеби затоа што не си јадела цел ден. Ајде уште еден ден да останеш дома, добро? Или да видиме како ќе се чувствуваш утре?

- Да, ајде да почекаме до утре.

- Кате, кога ти денес се пожали дека те боли стомакот, јас си помислив дека кај тебе почнува една посебна состојба, што не се случува никогаш кај момчињата, туку само кај девојчињата, девојките и жените.

- Тоа е некаква болест?

- Не, не, тоа не е болест. Напротив, ако девојчето долго време ја нема таа состојба, тогаш може да се смета за болест. Кај нормалните, здрави девојчиња, тоа вообичаено почнува на дванаесет - тринаесет години или малку порано. Ти рано прооде, рано проговори, воопшто, брзо се развиваш - кај тебе може да се случи и на единаесет години.

- Па, што е тоа? - Кате беше во недоумица.

- Сега сè ќе ти објаснам. Како што не може растението веднаш да произведе семе за идното растение, туку прво треба да порасне, да закрепи, да распути, така и сите останати живи организми долго зреат пред

да станат способни да родат поколение. Потребно е долго време за половото созревање на човекот, вишото Божјо творение. Неговиот организам е посложен и посовршен, но најважно е дека човекот има душа, а душата исто така зрее, расте духовно - така што човекот не само што може да роди дете, туку може и да го воспитува, да го научи правилно да ги разбира Бога и светот. На тој начин треба да созреат и душата и телото.

Појавата за која ти зборував (мајката накратко ја опиша), покажува дека кај девојчето почнува телесната подготовка за брак и мајчинство. Ми се чини дека сега нема потреба да навлегуваме во физиолошки и медицински објаснувања, поважно е да ти објаснам како да реагираш.

- Боли ли?

- Зависи од општата здравствена состојба на девојчето и од пазењето на правилата за лична хигиена. Има слаба болка, чувство на тежина во долниот дел од стомакот, и ете зошто утрово се обеспокоив. Исто така, има и блага нерасположеност. Како по правило, здравите и цврсти девојчиња, што се хранат нормално, спијат, често одат на прошетки на чист воздух, подобро ја поднесуваат таа состојба. Така што ти нема од што да се плашиш.

Тоа трае од три до шест дена во месецот и во тие денови особено е важно да се пази хигиената, треба често да се миеш, често да ја менуваш долната облека. Ти, слава Му на Бога, на сето тоа си навикната.

- За време на тие денови девојчињата лежат во кревет?

- Ама не, што зборуваш! Тие продолжуваат нормално да го водат животот, одат на училиште, помагаат дома. Дури може и да спортуваат. Само треба да

избегнуваат вежби што бараат голем напор, како што се јавањето на коњ, возењето велосипед, скокањето и кревањето тешки предмети.

- А може ли да се бањам?

- Не треба да се капеш во река, а да се тушираш - може, и треба. Нема никаква штета, а ползата е голема! Колку почесто се капеш во тие денови, толку по-добро. Воопшто така треба да се однесуваш за да не видат и да не се забележат луѓето дека кај тебе има нешто необично.

- Тоа, недолично е?

- Како да ти кажам? Сите знаат дека тоа го има, но да се зборува за тоа е неприфатливо, а уште помалку кај христијаните.

- Но нели јас и ти зборуваме...

- Јас и ти сме најблиски, мајка и ќерка. И покрај тоа, јас се трудам да зборувам внимателно и воздржано. Меѓутоа, на ништо не личи кога некои девојчиња, кои заборавиле на срамот, не само што не се трудат да скријат, туку обратно, ја потенцираат својата нерасположеност. Тие мислат дека стануваат зрели девојки и без срам, дури и пред момчињата, ја навестуваат едни на други својата состојба. Само, христијанката не мора без потреба да зборува со некого за својата телесна нечистотија.

- Нечистотија?

- Да, тоа е црковното име на таа месечна состојба, за која што зборуваме. Те советувам и ти понатаму да го употребуваш тој збор, ако има потреба да зборуваш со црковни луѓе.

-Ете што било „нечистотија"! Јас толку пати сум слушнала... Кога свештеникот на општата исповед ги

брои гревовите, тој вели: „Во нечистотија доаѓала во храмот, ги бакнувала иконите..." Ете што било тоа!

- Зошто не си ме прашала?

- Јас, едноставно, мислев дека тој зборува за немарливите што не се измиле наутро, или не си ги измиле рацете...

- Во Стариот Завет пишува за тоа. Во старите времиња, според законот на Мојсеј, жените во таа состојба се сметале за нечисти. Тие требало седум дена да седат дома. Никој не смеел да се допира до нив. Чекај, ќе ти прочитам...

Мајката стана, ја зеде Библијата од полицата, ја прелиста и ѝ прочита на Кате дел од 15 глава на книгата Левит:

- И секој што ќе се дојде до неа, да биде нечист до вечерта. И сè на што таа ќе легне, додека трае нејзиновиот очистиување, да се смета за нечист; и сè на што ќе седне да биде нечист... итн.

И во нашата Православна Црква се наложуваат ограничувања за девојчињата и жените што се во таква состојба, но не се толку строги. Во текот на тие седум дена, жената не смее да пристапува кон ни една од светите тајни, ниту да се крштева, ниту да се венчава, ниту да ѝ се прави маслосвет, ниту да се причестува.

Се секаваш ли дека ти еднаш ја праша Магдалена дали ќе се причести на Бадник? Магдалена одговори дека не може. И ти почна да ја прашуваш зошто. На Магдалена ѝ беше непријатно и морав да се вмешам и да го свртам разговорот на друга тема. Сега разбра ли зошто не може? Затоа, никогаш не покажувај непотребна љубопитност, зашто може да го ставиш другиот во непријатна состојба. Всушност, тоа „не можам да се причестам", поголемите девојчиња и жените го разби-

раат без дополнително објаснување. Уште може да се каже: „Нерасположена сум.“ Едните сè ќе разберат, а другите нема да се збунат од таквиот одговор.

Кога ќе поминат „тие денови“ христијанките прават сè како и вообичаено.

- А благослов од свештеникот, може ли да се земе?

- Може.

- Дали е таа состојба секогаш на иста дата?

- Не, датите се менуваат зашто периодот меѓу секои два циклуса не е точно еден месец, туку од дваесет и еден до дваесет и седум дена. За христијанките тоа не е многу пријатно, зашто времето кога не можат да се причестат може да падне на голем празник.

- Сигурно е многу тешко ако не може да се причестиш за Велигден!

- Многу. Но што да се прави, треба да се смируваме. Затоа, пак, ќе се причестиме на следниот празник..

- А ако, на пример, вереници репиле да се земат и одеднаш на девојката ѝ настапат тие денови на нечистотија? Свештеникот чека, гостите дошле во црквата...

- Воопшто не треба да има никакви „одеднаш“. Вообичаено, девојчињата ги забележуваат деновите во календарчето и подготвени се на секакви изненадувања. А како треба да се држи хигиена за време на тие денови, ќе ти раскажам кога ќе има потреба... Ги прочита ли вечерните молитви?

- Сè уште не.

- И јас не сум се помолила. Ајде, јас ќе читам на глас, а ти лежи и моли се во кревет. Само да ги проверам малите.

По неколку минути мајката повторно влезе, застана до креветот на Кате, се прекрсти и започна:

- Во името на Отецот, и Синот, и Светиот Дух.

- Амин, - одговори Кате.



РАЗГОВОР V

*Семејството на пријателката пред телевизор.
„Зошто ние немаме телевизор?“ Како Кате гледаше
телевизија. До што доведе тоа. Советот на
свештеникот и лекарот. Како се сјекнува завис-
ност од телевизор. Штетата за детското телесно
и душевно здравје. На што не учат телевизиските
програми. Гледачките на телевизија живеат во све-
тот на илустрација. Што претставува комјутерот.
Комјутерските игри. Играчот е во состојба на ха-
зарна игра. Шетното зрачење.*

Беше топол мајски ден. Кате и мајка ѝ седеа на клупата во паркот, Дафинче спиеше во количката, а Андреј и Ангелина играа во песокот.

- Мамо, јас вчера бев кај Наташа. Кај нив е многу убаво! Целото семејство - баба ѝ, родителите и Наташа седеа пред телевизорот и гледаа филм...

- И што има убаво во тоа?

- Па... седат и гледаат. Здружени, сите заедно се смеат, пијат чај...

- Тие имаат телевизор, а затоа, пак, ние заедно читаме книги. Исто така сме здружени и се чувствуваме убаво. Или не сум во право?

Кате молчеше.

- Ти малку ѝ завиде, нели? Дека тие имаат телевизор, а ние немаме?

- Нивниот е јапонски, во боја.

- Е, разбирам, - се насмевна мајката, - ќерка ми има искушение.

- Какво искушение?

- Ти ја читаш „Оче наш“, се молиш: „Не воведувај нè во искушение“. Јас веќе ти објаснив дека „искушение“ е можност да згрешиш. Поточно, таква животна ситуација во која човекот категорично е исправен пред слободен избор - да згреши или не. Притоа, грехот не изгледа страшен и одбивен, туку обратно, има соблазнителен, т.е. лажливо привлечен изглед.

Ете, вчера те стигнало мало искушение, си се нашла во ситуација што те опрелестила, те соблазнила. Телевизорот, светлиот екран, филмот... што прикажуваа?

- Многу долг филм. Сериски филм. Семејството на Наташа го гледа веќе неколку месеци. Ги знаат сите ликови од филмот. Девојчињата од нашето одделение, исто така, го гледаат и ја коментираат секоја серија. Мене тој филм воопшто не ми се гледаше, едноставно ми стана интересно што е тоа. Вчера јас малку погледав. Имаше море и две многу убави девојки што пловеа со еден чамец. Мајка ѝ на Наташа претпостави дека ќе има бура и тие ќе се удават...

- Кажи ми, Кате, многу ли е навредливо што ние не живееме така како девојчињата од твоето одделение? Дека, на пример, немаме телевизор и ти не можеш да учествуваш во коментирањето за филмовите?

- Ама не, мамо! Воопшто не ме навредува. Можеби за миг им завидов, но потоа сето тоа ми помина. Нели ние сме православни верници, имаме такво семејство какво што нема никој друг! А и не сме един-

ствени што немаат телевизор, многу деца од веронаука исто така немаат.

- Ти разбираш ли дека немаме не затоа што не можеме да купиме, не затоа што немам пари или немаме каде да го ставиме?

- Секако дека разбирам. Ние едноставно не сакаме да имаме. Но вчера јас за прв пат се замислив - зошто ти и тато се откажавте од телевизорот?

- Од многу причини, но сите можат да се сведат на една. Ние сакавме да го запазиме здравјето на нашите деца, телесното и душевното. А телевизорот дејствува разорувачки на детското здравје.

- Како?

- Да започнеме со тоа, дека пред извесно време имавме телевизор. Тогаш живеевме заедно со баба ти. И еднаш, кога ти имаше две и пол години, ние решивме да гледаш детски анимиран филм. Се разбира, избравме еден со убава, добра и поучна содржина, и тоа како сонцето го будело петлето. Ти со задоволство гледаше, весело се смееше, плескаше со рацете. Филмот заврши, а ти почна да плачеш. Не си одиш од пред телевизорот и точка! Јас те одвлеков, се разбира. Но од тој ден, ти како да стана друго дете. Очигледно, преживеа толку силен емоционален потрес, каков што не предизвикуваа ниту книгите ниту плочите. Ти постојано ме влечеше кон телевизорот и со плач ме молеше да го вклучам. А убави детски филмови има многу малку! Баба ти сакаше да гледа телевизија и често додека бев на работа (тогаш сè уште работев, но не секој ден), ти седеше пред телевизорот со неа и гледавте сè по ред. И ете...

- Почнав да боледувам?

- Не да боледуваш. Од почеток забележав дека ти се наруши спиењето. Порано тебе ниту со топ не можеа да те разбудат, како легнуваш - така стануваш, очињата јасни, се смееш. А сега - де викаш, де плачеш, де како некој да те прогонува. Се појавија ноќни страхови, страв од темница. По цела ноќ кај нас светеше ноќната ламба; не дај Боже, Кате да се разбуди во темница! Се плашеше да станеш за во тоалет, сè ти се чинеше дека некој се крие под креветот.

- А после?

- Оф, подобро да не се потсетувам! После почна да ти игра окцето, без причина. Внимателно гледаш во нешто и одеднаш ќе почне да трепери, да игра. Исто-времено со тоа почна и благо да тептавиш, особено ко-га брзаше да кажеш нешто.

- Сигурно ти и тато многу сте се вознемириле!

- Децата секогаш боледуваат. Но една работа е грлото, стомачето... а тука очигледно стануваше збор за некое нервно нарушување. Отидов кај свештеникот во црквата. „Отец!“, - му вела, - „Што да правам? Ка-те толку често се причестува, а вакви работи се случу-ваат!“ Му раскажав сè. А тој праша: „Го прекрстувате ли креветчето? Го благословувате ли, го прекрстувате ли и девојчето пред легнување?“, „Да, да“ - одговорив. „Тогаш, гледа ли таа телевизија?“, „Гледа.“, „Е, тогаш сè е јасно. Малото дете треба да се држи подалеку од телевизорот.“

- И вие го послушавте ли?

- Татко ти настојуваше да те однесам и на детски лекар, невролог. Тогаш имавме добар лекар, искусен... ти не се секаваш на него. Тој ја потврди „дијагноза-та“ на свештеникот. Никакви лекарства не ни препиша, само рече: „Веднаш појдете во викенд куќата, по-

блиску до тревата, цвеќињата, кај птиците и пчелите. Таму никаков телевизор нема да ѝ биде потребен!" И тогаш јас ја напуштив работата и со тебе почнавме да живееме во викенд куќата, од мај до октомври, а татко ти доаѓаше двапати неделно кај нас.

- И сè ми помина: стравот, теппавењето, окцето?

- Помина, но не веднаш. Стравот остана најдолго. И ние, по совет на свештеникот, почнавме преку ноќта да оставаме запалено кандило пред иконата. Го стававме на масата, така што, ако се разбудиш веднаш да ја видиш иконата со кандилото пред неа и да се потсетиш кој те чува и заштитува...

- Се сеќавам, се сеќавам... Кандилото и иконата на масата совршено ги паметам! Иконата беше со преподобен Серафим Саровски, кој беше со бела облека и стап. Јас се будев, го гледав неговото добро лице и си мислев: „Ете, отец Серафим ме чува.“ Таа и сега ми е најомилена икона. А откако се вративме од викенд куќата?

- А потоа, се разбира, ти пак почна да бараш да гледаш телевизија. Но ние ти рековме дека телевизорот е расипан. И навистина беше расипан, татко ти од него извади некаков важен дел, за и тој самиот да не се соблазнува, зашто порано тој сакаше да ги гледа политичките програми. Кога по половина година се преселивме во овој стан, јас и татко ти цврсто решивме дека нема повеќе да имаме никаков телевизор. Уште повеќе поради фактот што сакавме да имаме уште деца...

- А јас дури и не се сеќавам дека некогаш сум гледала телевизија..

- Слава Му на Бога.

-Мамичке, раскажи ми уште! Секогаш многу интересно раскажуваш! Ете, кога има потреба да разго-

варам со девојчињата јас не можам сè да им објаснам, дури ни за Бога...

- Нели затоа одиш на веронаука, за да можеш и самата да разбереш и на другите да можеш да им објасниш. А девојчињата не ти се потсмеваат поради твојата вера?

- Не, што зборуваш! Кај нас мнозина се сметаат за верници, само што не постат и не одат во црква. Но крстени се, дури и крстиња носат.

- Ете гледаш, крстени се, но не станале православни. Како може без Црквата, без Причесната? Ти спомни им ја поговорката: „Кому Црквата не му е мајка, нему ниту Бог не му е Татко."

- Ти мамо, многу поговорки знаеш и воопшто, многу работи знаеш. А јас постојано заборавам и знам многу малку. Ете, ниту за телевизорот не можам да објаснам зошто е штетно за да се гледа.

- Прво, кажи им на девојчињата дека многу брзо се станува зависен од телевизорот - исто како од алкохолот, пушењето, кафето. Замисли си дека кај Наташа се расипал јапонскиот телевизор...

- Тие имаат друг, стар.

- Да си претпоставиме дека и двата се расипале. Што ќе прават тие навечер? Зашто во такви семејства каде што работи постојано телевизорот, луѓето престануваат да контактираат меѓу себе, да разговараат, да читаат, да одат заедно на прошетка. Дури и самиот изглед на молчеливиот, изгаснат телевизор ги доведува до состојба на мака и раздражнетост. Зар тоа е убаво? Некои луѓе не можат да живеат без алкохол, други - без цигари, а има многу што не можат без телевизорот.

Острастеноста кон телевизорот се стекнува многу брзо, дури и кај малите деца. Тоа е првата несреќа. Освен тоа, телевизорот очигледно штети и на физичкото, телесното здравје. За децата, воопшто не е добро долго време да стојат неподвижни, а пред телевизорот незбележително минуваат не само минути, туку и цели часови. Поради неподвижноста, стомакот и цревата работаат неправилно, организмот не ги одделува добро отпадните материи и затоа децата често боледуваат. Притоа, од екранот на телевизиорот - тој се нарекува кинескоп - излегува зрачење што го заморува детскиот нервен систем. Децата кои често гледаат телевизија си го расипуваат видот. Исто така, забележано е дека кај нив ослабува умот; тие побавно сфаќаат на часовите во училиште; не можат да се концентрираат; им се нарушува сонот; стануваат лесно возбудливи, раздразливи, премногу чувствителни. Им се влошуваат и односите со родителите, а особено кога тие ќе побараат од нив да се тргнат од екранот и да се зафатат со нешто корисно. Ништо чудно, зашто телевизорот им ја пленува душата, има хипнотичко дејство. Не само децата, туку и возрасните со својата поздрава и стабилна свест не можат да се противстават на тоа дејство.

Најстрашно од сè е тоа што телевизорот дејствува разорувачки на личноста на детето, го тера да живее не според Божјите заповеди, туку по жестоките закони на светот, прикажани на екранот.

Ти сигурно си видела момчиња со многу дрско и некултурно однесување, кои зборуваат низ стиснати заби, плукаат пред своите нозе, гледаат со искривени очи, итн. Тоа се момчиња што гледаат лоши филмови - акции. Тие ги подражаваат јунаците во нив; престапниците, полицајците, приватните детективи. Несреќните

момчиња мислат дека личат на „вистински мажи“, а не разбираат дека се смешни и бесмислени. А девојчињата изгледаат уште посмешно кога забораваат дека нивно основно украсување се чистотата и скромноста и се обидуваат да ги подражаваат женските јунаци од екранот - зрели жени, најчесто од странство, кои пушат, пият, се облекуваат предизвикувачки, сакаат да им се допаднат на мажите.

Подражавањето стигнува до таму што македонските момчиња и девојчиња ги отфрлуваат православните имиња, што им се дадени на крштевањето, и еден со друг се нарекуваат со туѓите имиња на јунаците (или актерите) што им се допаѓаат.

Тоа што детето го гледа на екранот, како што разбираш, не е вистинскиот живот. Такво нешто, едноставно речено, не постои. Таа појава се нарекува „илузија.“ А децата, внатрешно се толку незащитени, што им е многу полесно, отколку на возрасните, да потонат во светот на илузијата како во вистински свет. И доколку тој живот е поинтересен, со побогати случувања од сопствениот, секојдневен живот, детето го претпочита оној живот. Седејќи пред телевизорот, тоа го губи чувството за реалност и се потопува во чудна месечарска состојба, слична на опивањето. Телевизискиот живот, во кој детето преживеало такви силни чувства, му се чини „повистински“ од реалниот. И знаеш ли што е уште полошо? Многу луѓе гледаат едно исто. Ти самата рече дека твоите соученички секој ден коментираат за серијата, што ја даваат на телевизија веќе неколку месеци. Но тоа не е единствената програма што сите ја гледаат. На тој начин гледачите постепено ја губат својата индивидуалност, се обезличуваат, т.е. ја губат својата оригиналност, неповторливост. Зар е до-

бро ако сите личат еден на друг, мислат и чувствуваат еднакво, на еден ист начин?

Телевизорот станал главен авторитет за мнозина. Кога ние, воцрковените луѓе сакаме да поткрепиме некое мислење, велиме: „Така пишуваат светите отци“ или „така рече свештеникот“. А гледачите на телевизија, кои постојано следат разни програми, велат: „Така рекоа на телевизија...“

Мајката замолче. Таа наслушнуваше. Кај песокот почнуваше некаква препирка. Андреј и Ангелина не можеа да си поделат некаква играчка.

- Андреј, јас нешто заборавив, кој од вас е поголем? Ангелина ти сигурно си уморна и сакаш да си одиме дома? - строго праша мајката.

- Не, да одиме на прошетка! - одговори девојчето.

По една минута децата повторно играа мирно.

- И, - продолжи мајката, - многу ме вознемирува една работа. Во вашето училиште од идната година ќе воведат обука за работа со компјутер.

- Што е тоа?

- Ќе ве учат да работите со компјутер. Тоа е многу сложена електронска машина. Еден вид електронски мозок, направен од рацете на човекот.

- Како се работи на таа машина?

- На неа пишуваат, цртаат, пресметуваат, изработуваат шеми и табели. Ги притискаат копчињата и гледаат сè на екранот. Компјутерот надворешно личи малку на телевизорот, исто така има екран, но од човекот, кој ги притиска копчињата, зависи што ќе се појави на него. Компјутерот има една организација, наречена „меморија“. Таа ги зачувува во машината сите податоци што ги ставил човекот во неа. Замисли си,

цели планини од обени цртежи, цели шкафови со документи и книги - сето тоа може да се сочува во меморијата на компјутерот. Така што, компјутерот е многу корисна машина во современиот живот, иако, од друга страна, да се работи долго време на неа, е штетно за здравјето. Екранот на компјутерот, како и на телевизорот, испушта зрачење што е штетно за организмот. Поради тоа зрачење, организмот може да го изгуби и имунитетот на тешки заболувања. Но јас зборував со вашиот директор, вие ќе стоите пред компјутерот многу малку, само колку што е потребно за програмите за работа. Значи освен програмите за работа, постојат и компјутерските игри. Работата е во тоа што на компјутерот може не само да се работи, туку и да се игра. Јас се плашам дека мнозина од вашето одделение, кога ќе добијат пристап до компјутерот, ќе се заразат не од корисна работа, туку од штетна и опасна игра. Директорот ми рече дека „сите што сакаат“, можат да играат компјутерски игри. Да даде Бог тие што сакаат да не бидат претерано многу!

- Мамичке, ништо не разбирам. Како може играта да биде опасна и штетна?

- Пред сè, јас и ти, многу пати сме зборувале дека штетно може да биде сето тоа од кое се острастува човекот. Играчот на компјутер станува како режисер и учесник во тоа што се случува на екранот. Се бори со чудовишта кои често се многу страшни, како демони. Играта е направена така што или играчот бега од противникот или го уништува. Притоа, тој само го гледа екранот и притиска две-три копчиња. Тоа е многу привлечно.

- Мене ми се чини дека сум видела таква игра. На Наташа ѝ подарија електронски додаток за телеви-

зор. Таму едни мачки се бркаат исто како на анимиран филм, но човекот е тој што ги управува тие мачки...

- Точно така. Но играта со мачките е најненавредливата игра меѓу компјутерските игри.

- Еднаш бев да ја видам Наташа, зашто беше болна. Влегувам и таа седи пред екранот и гледа демек некое филмче. Кога ме виде, дури и не стана. Јас ја викнав. „Седи, - рече, - сега, само за минута.“ И продолжи да игра. Седи напрегнато и го гледа екранот. Јас ја прашувам: „Како се чувствуваш? Кога ќе дојдеш на училиште?“ А таа како да не ме слуша. Само испушта некакви извици: „Е, ајде!... Е!...Аха!... Ох!... Ту, да му се невиди!“ Јас седев, седев, гледав, гледав, и на крајот ѝ реков: „Наташа, треба да си одам дома, мама ме чека.“ А таа: „Аха, јас сега, за минута....“ И не можеше да се оттргне. Си тргнав дома, дури и малку се навредив. Но потоа, на училиште, таа ме замоли да не ѝ се лутам...

- Тоа, Кате, е многу страшна состојба. Кога човек поради игрите го заборава целиот свет, се заборава и себеси и станува роб на некаква темна сила, како да е опседнат.

- Значи, тоа е штетата од компјутерските игри - во острастувањето и зависноста?

- Има уште едно зло за кое веќе ти зборував. Тој што ќе почне да се острастува од компјутерските игри, поминува многу долго време пред компјутерот. Тоа е многу штетно, а особено за девојчињата. Неодамна во едно списание читав дека 80% од девојките што работат со компјутер, подоцна не можат да родат здрави деца.

- Како тоа 80%?

- Па, осум девојки од десет. Само кај две од десет сè е во ред. А останатите или не можат да станат

мајки, или раѓаат болни деца. А идните мајки, кои веќе носат дете во утробата, воопшто не треба да работат на компјутер - тоа е многу опасно за нив. Ете, Кате, зошто ме загрижува тоа што ќе почнете со компјутерска обука...

Мислам дека треба да си одиме. Треба да ја разбудиме Дафинче, а и вам ви е време за појадок. Дечиња, ајде дома!



3 ДЕЛ

ПРЕД ЛИЦЕТО НА ИСКУШЕНИЈАТА

Изминаа четири години. За сето тоа време се изменија многу работи во животот на нашиот главен лик.

Кате имаше веќе четиринаесет години. Во црковните записи „за здравје“ таа сè уште се запишуваше како „девојчето Катерина“, но меѓу нејзините пријателки во општината имаше многу „девственички“, т.е. девојчиња што наполниле петнаесет години. Наскоро и Кате требаше да се присоедини кон нив. Непознатите веќе почнаа на улица да ѝ се обраќаат со зборовите „девојко“ и „вие“, што ја радуваше по малку. Сега таа не сакаше да ја викаат „Катенце“, како сè уште да е мала, и се претставуваше со цело име (на пример, кога се јавуваше кај некого на телефон): „Ало! Се јавува Катерина!“ Почна да посветува поголемо внимание на својата надворешност, стремејќи се да изгледа поприлично, па дури понекогаш не постапуваше по советите на мајка си. Така, таа не сакаше да ја плете долгата коса, туку често ја фаќаше само со ластиче, како распуштена коњска опашка, како што велат девојчињата. Мајката виде дека тоа ѝ е важно на ќерка ѝ, и повеќе не настојуваше да зборува за нејзината фризура.

Но со тоа се истакнуваше и зрелоста на Кате. Во другите работи таа беше добра, искрена и трудољубива девојка, чија најдобра пријателка е мајката. Розовите усни, чистото чело и откриениот поглед, покажуваа дека девојчето не само што нема некакви тај-

ни пороци, туку и дека страстите на светот сè уште да не ја допреле нејзината душа.

На Кате ѝ претстоеше да заврши музичко училиште. Ниту таа, ниту нејзините родители не сметаа дека е потребно да го продолжи музичкото образование. Јасно беше дека нема да стане истакната пијанистка, а и никој од ближните не го посакуваше тоа. Знаењата на девојчето беа доволни за да пее по ноти во црковниот хор. Таа пееше во детскиот хор во својата парохија веќе две години и сите ја сметаа за искусна хористка. За жал, таа одеше во храмот само еднаш седмично, во недела. Причината за тоа не е само недостатокот на време. Работата е во тоа, што семејството на Кате пред околу една година се пресели да живее со баба ѝ во нов дом. А од куќата до храмот се патуваше цел час.

Затоа, пак, наместо три, сега имаа четири соби. Најсветлата и најголемата беше на девојчињата: Кате, Ангелина - која таа година тргна на училиште, и на петгодишната Дафинче. За да не им пречи на сестрите, Кате учеше во собата на баба си, а со музика се занимаваше во собата на родителите (која беше и гостинска соба), каде што беше пијаното.

Што уште да раскажеме за животот на Кате? Таа ги сакаше како и порано доверливите разговори со мајка си. Ако пред тоа Кате го прифаќаше секој збор без расудување, сега често пати сакаше докази, а некогаш и противречеше. Затоа мајка ѝ понекогаш мораше да се подготвува за беседите со ќерка си, читајќи книги, да се советува со својата мајка или со свештеникот.

РАЗГОВОР I

*Зошто Катѐ задоцни на училиштѐе.
„Несовремената“ блуза. Во каква облека одаѝ де-
војчињата на училиштѐе. Униформата не ѝ лишува
ученицѝ од нивната индивидуалност. Што значи
„да бидеш убава.“ Може ли девојчето да го подобри
својот надворешен изглед. Козметиката е лага. Да
се шминкаш значи да го хулиш Божјиот образ. За
убавината на душата. Сѝхотворбата
„Неубавото девојче.“ Световното и црковното
разбирање на убавината. За разубавување на над-
ворешноста помага работата над душата. За це-
ломудрието. Како треба да изгледа христијанката.
Што да прави Катѐ?*

Кате доцнеште на училиште. Не затоа што се ус-
па и не затоа што имаше лоша навика, како некои де-
војчиња, да се излежува во кревет за да си го доврши
сонот или да мечтае во полусон. Не. Кате стануваше
веднаш откако ќе засвонеше будилникот. Едноставно,
тоа утро таа многу долго се облекуваше и чешлаше.
Облече една блуза, но потоа ја соблече и ја остави на
страна. Во рацете држеше друга, а потоа и неа ја стави
на страна. Отиде во кујната:

- Мамичке, може ли да го облечам твојот розов
џемпер?

- Ама тој ти е голем, ќе се загубиш во него!

- Не, токму така е модерно, џемперот да е голем
и да виси на рамењата!

- Кате, што е работата? Не ми се лути, но ти си имаш своја облека! А сината блуза?

- Не чини, таа е накако...

- Ќерко, доцниш! Облечи ја јакната. Сепак, се случило нешто? До вчера ти ја носеше сината блуза и сè беше нормално...

- Ох! Мамо подоцна сè ќе ти објаснам, - и Кате се скри во детската соба.

Облечено како-така, девојчето отиде во бањата. Откако се виде внимателно, почна да ја собира косата во висока опашка, дури на темето. Го зеде огледалцето и се погледна од страна. Не, не е добро.

Ја пушти косата и уште еднаш ја исчешла со четката. Си ја стави дијадемата. Не, со пуштена коса не може да оди на училиште. Таа нервозно ја фрли дијадемата.

- Кате, ќе задоцниш! - викаше баба ѝ од прагот на бањата. Мајка ѝ се нервираше и со мака се воздржуваше да молчи.

- Сега, бабичке! - девојчето ја испушти четката за коса и со здодевност тропна со нога.

На крајот Кате се успокои, откако си направи ниска слободна опашка и ја пушти косата над ушите. Сепак нешто не е како што треба, но веќе нема време за поправки. Набрзина ги бакна мајка си и баба си, ја грабна чантата и истрча надвор, доцнејќи веќе пет минути на првиот час.

Како и секогаш, откако излезе и ја затвори вратата, мајката се прекрсти:

- Пресвета Богородице, запази го чедото Катерина под Твојот свет покров! Запази ја од секое зло!

- Денеска таа ги изговори овие зборови со посебно чувство...

Откако Кате се врати од училиште и заврши со ручекот, мајка ѝ ја праша:

- Што правевте денес на училиште? Некаков празник е, или пак, има некаков специјален настан?

- Не, ништо такво немаше. А зошто?

- Тогаш, зошто задоцни на училиште? Каква беше смислата на твоите подготовки?

- Какви подготовки?

- Денеска ти посвети многу време на надворешниот изглед, ми се чини, без никаква потреба. Притоа, ти самата сакаше да ми објасниш зошто однеднаш повеќе не ја сакаш сината блуза.

Кате се чудеше што да каже. Не сакаше да ја навреди мајка си. Од друга страна, пак, уште помалку сакаше да си ја огреши душата.

- Знаеш, сината блуза во принцип ми се допаѓа. Таа е мека, удобна, топло ми е во неа, не ме поти, одговара со секоја друга блуза. Но... некако е несовремена.

- Што значи „несовремена“, кога таа постои во наше време, баба ти ја сплете неодамна...?

- Таа е несовремена како стил, старомодна е. И не ми стои.

- Кој ти го рече тоа, Кате?

- Девојчињата. Тие вчера ми направија „критичка анализа“. Воопшто не е навредливо, знам дека тие многу добро се однесуваат со мене, но... ме изгледаа од сите страни на големиот одмор и ми ги кажаа своите забелешки. А порано воопшто не рамислував дека нешто не е во ред со мојата облека.

- Што значи „нешто не е во ред“?

- Здолништето е премногу долго - така ми рекоа. Блузата ми е старомодна, претерано едноставна и

здодевна. Уште ми ракоа дека многу добро ќе ми стојат алки, ѓердан и обетки на ушите.

- И што одговори ти?

- Одговорив дека дивјаците сакаат да си закачуваат многу дреболии. Дека алките, едноставно, ќе ми пречат, уште повеќе на училиште. Дека мене, на пример, не ми се допаѓа нивниот накит, обетките и ланчињата, но јас не би си дозволила да ги критикувам. А во однос на здолништето и блузата - некако не најдов што да им одговорам...

- А како се облекуваат девојчињата во вашиот клас?

- О, мамо, кај нас владее целосна слобода и натпреварувачки дух. Има и девојчиња што се облекуваат скромно, но повеќето ја менуваат облеката секој ден. Најчесто се облекуваат во фармерки или мини здолништа, провокативни џемпери или џинс јакни. Бели патики... Притоа, речиси сите имаат дупчиња на ушите со обетки. За алките и ланчињата веќе ти кажав. Мнозина носат облека од истакнати увозни марки. А фризуриите... со сплетена коса, се разбира, никој не оди. Мноштвото се кратко потстрижени. А ако некој има долга коса, дури и како мојата - едноставно ја носат пуштена. Ти мамо ќе се зачудиш, но многу девојчиња од нашиот клас се шминкаат како возрасни жени, си ги црват усните, си ги шминкаат очите, си ги лакираат ноктите. И можеш ли да си претставиш дека до неодамна, едноставно, не сум го забележувала сето тоа! Но ете, вчера јас ги погледнав, се видов и себеси, и видов дека различно изгледаме. Мене многу работи кај нив не ми се допаѓаат, но за некои работи навистина се во право - за тоа дека сум облечена несовремено, старомодно. Така сигурно си се облекувала на училиште и ти...

- Кате, мене ми помина моето. Кога јас бев девојче сите носеа униформи. Девојчињата имаа три вида униформи. Во секојдневните прилики носевме кафени фустани-униформи со црни престилки. А празничната униформа се разликуваше по бојата. Наместо црната униформа, во празничните денови девојчињата облекуваа бела. Колку беше убаво и празнично кога девојчињата од класот доаѓаа со снежно бели униформи! Лицевме на гимназијалки од пред војната.

- И никој не одеше на училиште со шарени блузи, џемпери, фустани? Девојчињата не одеа со панталони?

- Какви панталони? Освен само на работа, во дворот на училиштето или во училишната градина. На час можеше да се влезе само со униформа. Дури и во деновите кога беше многу студено блузите не ги облекувавме над фустанот, туку под него, за да не се гледаат.

- И вам, на девојчињата, не ви беше навредливо што ве облекле со идентични работни алишта? Не баравте ли да се облечете како што сакате?

- Разбираш, нам ниту на ум не ни паѓаше таква работа. Ние знаевме дека на училиште одиме да учиме, а не да ги покажуваме своите алишта. На час ништо не ни го одвлекуваше вниманието од таблата и од лицето на учителот, не се гледавме еден со друг. Всушност, ти грешиш ако мислиш дека сите изгледаа исто. Прво, и фустаните и униформите можеа да бидат многу различни во деталите. Јаките и манжетните на фустаните ни беа од обично бело платно, од свила или чипкани. А униформите имаа едноставни прави прерамки (кое исто така има своја убавина), или можеа да бидат и со богато набрани „крилца“ на рамењата. Самите униформи

беа или волнени или од кашмир, а имаше и свилени. Белите униформи на едните беа од полупросирен крепон, а на други - од мека и нежна свила. Но мене многу ми се допаѓаа поедноставните униформи, од најобичен материјал. Добро испрани, пштиркани и испеглани, тие изгледаа попразнично од другите. Униформата, сепак, на сите им беше различна.

Да, добро е кога учениците носат униформа, добро е и тоа од неколку причини. Во извесна смисла, тоа ги ослободува девојчињата од завист: зашто некое девојче може да носи скапи, модерни алишта и да ги менува секој ден, а друго не може. Знаеш, во училиштето на Ангелина можеби ќе воведат униформи и јас многу се радувам поради тоа. Мило, ти сметааш дека униформата ја ограничува слободата на девојчето, а јас, пак, напротив, сметам дека таа му дава слобода.

- Слобода од што? Од зависта?

- И уште од тоа што те мачеше тебе утрово. Од непотребен избор на ситни работи. Видов како се двоумеше што да облечеш, ова или она. Видов, но не можев да ти помогнам, зашто ти беше во таква состојба што не би го прифатила мојот совет. И со фризураа долго време се мачеше, го трошеше времето, душевните сили - за што? Ти имаш убава, густа коса, нема тука што да се мисли!

- Си избирав таква фризура што ќе ми ги скрије недостатоците на лицето.

Мајката се зачуди на таа неочекувана изјава:

- Кои недостатоци сакаш да ги скриеш?

- Разбираш ли, лицето ми е премногу валчесто и усните ми се дебели. Затоа девојчињата велат дека некако треба да се „урамнотежат“ со пораскошна фризура. А јас носам опашка или плетенка, така што и ко-

сата не се гледа како што треба, таа целата е зад грбот.

Кутрото девојче, - си помисли мајката, - ете искушение!

- Но Кате, ти не се покажуваш на телевизија. Луѓето те гледаат од сите страни на движење и каква што си - природна. Те гледаат поинаку од тоа како ти што се гледаш во огледалото. Потоа, што си измислила во однос на твоето лице? Зар тоа е лошо? Зар не се сеќаваш како се опишани и цариците во приказните? Тие секогаш се со валчести лица и црвени образи! А усните... имаш обични розови усни! Ништо не си измислувај и никого не слушај.

- Мамо, дали сум грда?

- Зошто ме прашуваш тоа?

- Мошне многу се разликувам од девојчињата во мојот клас.

- Зар не знаеш дека има различни претстави за убавина? Световните луѓе, не мирјаните, туку светските луѓе, т.е. луѓето што се далеку од Црквата, си имаат една претстава. Православните луѓе имаат поинаква претстава. Кажи ми кој според тебе е убав? Од девојчињата, се разбира.

- Ми се чини дека Наташа е многу убава. Не можеш, а да не ја забележиш.

- Наташа паѓа во очи. Црна коса, големи црни очи, бела кожа. Но таа карактеристичност е национална црта. Таткото на Наташа е од јужниот дел на нашата татковина. Спореди ја природата на југ со природата на нашето пространство, таму сè паѓа во очи, а тука сè е воздржано, скромно, тивко. Убавината кај православните е во единство со православната природа. Таа не се фрла пред очите, туку проникнува во срцето... Но

- Значи, убавина не се само лицето и фигурата, туку и однесувањето?

Се секаваш ли како Пушкин ја опишува Татјана, која се појавила во собата за угледни гости? Тој не зборува колку ѝ се долги трепките, дали лицето ѝ е валчесто, каква ѝ е фризура - поважно е другото. Слушај:

114

Ете што значи убаво да се однесуваш. Тоа е напишано за светска жена, но соодветствува и на православно девојче.

- Мамичке, ако девојчето не е убаво, може ли со козметика да го разубави својот надворешен изглед? Во класот сите сметаат дека не само што може, туку и треба. Ме советуваа да ги намачкам трепките за да изгледаат подолги и веѓите да ги цртам со молив затоа што ми биле многу бледи. И нежно да си ги црвам усните...

- А ти?

- Е, не! Зошто да се цртам како некоја кукла?! Свештеникот вели дека е грев да се шминкаш.

- А зошто, знаеш ли?

- Зашто, како ќе ја целиваш иконата со нацрвени усни? И да се причестуваш со нацрвени усни, исто така, не смее, ќе ја извалкаш лажицата, крајот на Чашата ќе го извалкаш, а ако пред Причесната си ги оближеш усните, ќе го изедеш и голтнеш карминот и нема да можеш да се причастиш.

- Да кажеме дека со усните сè е јасно. А со останатото - очите, образите, косата, ноктите?... Исто така не треба да се цртаат? А зошто, знаеш ли?...

Кога јас бев помлада, го прашав свештеникот и тој ми обасни зошто тоа е така. Прво, затоа што козметиката е лага. Ти имаш бледорозови усни, а оставаш впечаток на луѓето наоколу дека се црвени како јаготка. Косата ти е права, рамна, сјајна, што е, исто така, убаво, а ти сакаш виткана. И ете, ја земаш панделката и витлерите или во фризерски салон си правиш студено виткање... сето тоа е лага. А знаеш ли кој е татко на лагата?

- Ѓаволот.

- И произлегува дека девојчињата што се шминкаат, не знаејќи, му служат на ѓаволот. Ти само не им го кажувај тоа, оти ќе те исмејат за тие зборови, но имај го предвид за себе.

Господ, гледајќи ја таа лага, често ја разоткрива и ги посрамува таквите нашминкани девојчиња: ќе заврне дожд и косата ќе им се развее, тушот од трепките ќе се размачка по образите, брзајќи нема да успеат да се нашминкаат или ќе заборават да си ги нацврнат усните и сите ќе видат дека усните им се бледорозови, а веѓите светли... И исмевање и грев...

Но има и други причини поради кои е грев да се користи козметиката. Зошто се прави тоа? Да речеме дека девојчињата ги имитираат возрасните жени, пејачки, актерки, манекенки. Тие зошто се шминкаат? За да го привлечат вниманието на мажите, да ги соблазнат со својата очигледна убавина. Но во минатото се шминкале само блудниците - жените со нападно однесување, кои го направиле соблазнувањето на мажите своја професија. Треба ли сега девојчињата и девојките да ги поддржуваат? Но и тоа сè уште не е најважното. Свештеникот вели дека разубавувањето со помош на козметика е хулење на Бога.

- Како тоа, мамо? Зошто против Бога?

- Зашто Бог те дарил преку твоите родители со таков, а не со поинаков надворешен изглед. Бојата на очите, нивната големина, бојата на косата, формата и бојата на усните - сето тоа ни е дадено од Бога. Луѓето се многу различни. Едните имаат правилни црти на лицето, а другите не така правилни. Некој има мал нос, а некој голем... Високи и ниски по раст... Некои дури се раѓаат и како вистински изроди. И тоа ретко се случува, често поради гревовите на родителите. Тие луѓе,

со неволја треба да се смируваат. Освен тоа, вродената изроденост ги чува од многу гревови... Зошто воздигнуваш?

- Сепак, жал ми е.

- Зар јас велам дека не ми е жал? Велам дека верата во Бога подразбира и вера во Неговата добра промисла за светот и за секој човек. Зар мислиш дека, на пример, тебе или истата таа Наташа, Господ ве сака повеќе од човекот што е несреќен и ненадарен со телесна убавина? Едноставно, Тој секогo го води по различни патишта до единствената цел - до спасението.

Човекот е создаден по Божји образ. И внесувајќи произволни промени во својата надворешност, тој го хули Божјиот образ. Девојчето што си ги црви усните или си ги шминка трепките, што си ја витка косата итн., како да Му вели на Господ: „Господи, не ми се допаѓа каква Си ме создал. Сметам дека не Си ме создал многу добро, Наташа подобро Си ја создал. Си ми дал светли веѓи, кратки трепки, а јас сакам темни и долги. И штom не си ми ги дал - јас самата ќе си ги направам!"

Кате слушаше со широко отворени очи. Ја порази тоа што прашањето за козметиката, што ѝ се чинеше исправно, е поврзано со богохулството.

- Мамичко, но што да се прави? Треба ли сепак да ги предупредиме? На пример, Наташа...

- Наташа со сигурност ќе престане наскоро да се шминка, ќе разбере дека тоа наполно не ѝ е потребно. Козметиката ја прави погруба и многу постара од нејзините години. Таа и така е со надворешност која паѓа во очи, а со нацрвени усни добива едноставно предизвикувачки, речиси недоличен изглед. Всушност, Наташа одамна те знае и со неа можеш насамо да поразговараш. Само, запомни дека не секогаш човек е подгот-

вен да ја чуе вистината смирено и заради корист за душата. Треба да одбереш соодветен момент, кога нејзиното срце ќе биде отворено за твоите зборови. Инаку ништо нема да постигнеш. Кога ќе разговараш со неа за козметиката, не заборавај да поразговараш и за нејзиното однесување, посоветувај ја да биде повоздржана, едноставна, тивко да зборува, да не употребува непристојни зборови... тогаш таа навистина ќе стане многу убаво девојче, во светска смисла. Затоа што според сфаќањето на црковните луѓе, убавината е нешто сосема друго.

- Што?

Мајката се замисли. Таа сакаше да ѝ објасни на ќерка си дека најважна е убавината на душата, дека таа убавина го осветлува со некаква внатрешна светлина и лицето, и движењата, и целиот живот. Дека човекот што е надарен со неа не е само „убав“, туку и прекрасен... но таа се плашеше тие зборови да не ѝ се причинат на Кате како здодевно повторување на одамна познатите вистини. Потребен беше некаков жив пример, но мајката не сакаше да го побара меѓу пријателките на Кате...

- Почекај, - рече таа. - подобро ќе ти прочитам една песна, која многу ми се допадна уште во детството, а и сè уште ми се допаѓа. Само се плашам дека нема да се сетам како беше - ќе ми треба книгата...

По една минута мајката се врати со книга, на чија корица пишуваше „Николај Заболоцки.“ Таа ја најде страницата и прочита на глас: „Неубавото девојче“

*Неубавото девојче меѓу другите деца
попишуваше на жайче...*

Во стихотворбата се зборуваше за едно мало девојче, што сè уште не го забележало своето изродство, се радува на туѓата убавина, „ликува и се смее опфатено од среќата на битието...“, а завршуваше вака:

*Да верувам сакам,
дека човечкојто срце не е иґрачка
Одвај можеш да го скришиш одеднаш!
Да верувам сакам дека со чистииот йламен
Кој ґори во нејзиниите скриени длабочини,
Таа ќе ја йремине болкајта и во неа
Најйешикиот йовар ќе се йрејтои!
Дека нејзиниите црпи не се убави,
И нема да го йленати вообразувањето?
Душата со чиста ґрација и нежност
Сйруи од нејзиниите движења.
А шийом е йака - шийо е убавина?
И на шийо се йоклонува светтои?
Празен сад во кој йустелијата
Го наоґа своето йрисјанишије, дом и йати
Или йак оґан кој йајно йаму ґори?*

- Поетот во стихотворбата напишал, - рече мајката, - иако не бил православен христијанин, дека ја разбира убавината на христијански начин. „Празен сад во која има пустелија“ - тоа е светско рабирање за убавината. „Оган кој таму гори...“ е црковно сфаќање. Се сеќавам дека еднаш во храмот, за време на исповед, погледнав кон црковниот хор, кон вас, и не можев да си ги тргнам очите, толку ви беа убави лицата. Внимателно го слушавте словото на свештеникот, заборавајќи на себе, без да забележите дека ве гледаат парохјаните и си помислив: „Колку чудесни ни се девојчињата, вис-

тински убавици!" Потоа проповедта заврши, сите тргнаа кон крстот, започнавте да си зборуваат, да се смеат и повторно станавте обични добри девојчиња, мили и симпатични. Но високото душевно расположение помина, и со него исчезна и таа ретка духовна убавина за која што ти зборувам.

- Значи, јас еднаш сум убава, а еднаш не?

- Излезе дека е така!- се насмеа мајката. - Но тоа е поинтересно отколку цело време да бидеш една иста, не мислиш така? Денес ти ме праша дали не многу убаво девојче може да го разубави својот надворешен изглед. Сега ќе ти одговорам - може. Кога ќе работи за доброто на својата душа. А најважното - кога ја чува целомудреноста. Знаеш ли што е тоа?

- Телесната чистота. Чување на чистотата, девственоста, до стапување во законски брак.

- Не само тоа. Целомудрието е чистота на душата, чистота на помислите. Неког друго девојче може да ја пази телесната чистота, а да греши со мислите. Ви ја раскажуваа ли случката со една игуманија чија внука умрела?

- Не... не се сеќавам.

- Во еден манастир, кај игуманијата живеела и нејзината внука, младо девојче, малку поголемо од вас. Всушност, многу убаво. Но убавината се покажала како „сад во кој има пустош." Сите сестри се радувале на нејзиниот ангелски живот и на нејзината скромност. И ете девојчето умрело.

Игуманијата била сигурна дека душата на внука ѝ отишла во рајските живеалишта. Таа Го молела Господ да ѝ ги покаже тие живеалишта. Една ноќ внуката ѝ се јавила, но не во рајската радост, туку во пеколен пламен. „Ти ли си тоа?", - со ужас извикала игуманија-

та - „Зошто си паднала во пеколот?“ „Затоа што“, - одговорила несреќницата, - „јас, пазејќи си го телото непорочно, не си ја запазив душата чиста. Тајно бев вљубена во еден младич и го гледав во црквата...“

Страшна историја, нели? Страшна, но поучна. Таа нè учи прво, да не грешиме - не само со дело и слово, туку и со помисла. И второ, ако сепак сме согрешиле, побрзо да се покаеме... Кате! Зошто се натажи?

- Срам ми е, мамо, за тоа што го направив утринава. Прости ми.

- Е, нема зошто. Сакаш ли да ти дадам еден многу добар совет, засекогаш да запомниш како треба да се облекува и чешла христијанката? Тоа ќе ти треба за цел живот. Секогаш облекувај се и секогаш носи такви фризури, како да одиш во црква. Тоа не значи нечисто, невнимателно, грозно. Не. Тоа значи чисто, прибрано, убаво. Но убаво не по светски, туку по црковно. Така секогаш ќе изгледаш скромно и целомудрено. Инаку може да добиеш поделба на личноста, ако со едни алишта одиш во црква, а со поинаков стил - на училиште, на гости кај Наташа или на прошетка.

Денеска ти не појде на училиште со сината блуза која ти ја искритикуваа пријателките, туку со јакната што ја сакаше претходно само за празник. Што рекоа девојчињата?

- Рекоа дека така е подобро, но сепак не е тоа што треба да биде.

- И секогаш ќе биде „не е тоа што треба да биде.“ Нема да им угодиш на девојчињата сè додека не станеш иста како нив, додека не се откажеш од своето „јас“, од принципите на нашето семејство. Ако ја бараш нивната пофалба, подобро е веднаш да облечеш тесни фармерки, да си ја пуштиш косата на рамењата,

да си ги нацрвиш усните... не, подобро е да избереш поинаков пат. Затоа што девојчињата во тој случај стануваат орудие, знаеш ли на кого? На тој свет. На паднатиот свет, кој лежи во злото и кој сака да изгази сè што не личи на него. Внимавај на себе.

Да ти кажам ли како би постапила на твое место?

- Како?

- Нема некое принципиелно значење што носиш, блуза или јакна, или мојот розов џемпер. Но ми се чини, сега би требало, како и порано, да одиш со синиот џемпер, менувајќи ги блузите. Верувај ми, тоа е убаво целомудрена христијанска облека. Таа многу убаво ти стои, особено во комбинација со бела блуза. Вистина е дека со неа ти не личиш на ниту една американска актерка или поп ѕвезда, но затоа, пак, знаеш ли на кого личиш?

- На кого?

- На убава девственичка од житијата на светиите. Кате беше задоволна од таа споредба.



РАЗГОВОР II

*Средба со младичоѝ инвалид. „Но ништо не разбира-
рам.“ Мајката се подготвува за разговор.*

*Катѝ го поставува прашањето зошто Боѝ ги до-
пушта страдањата. Претставиѝ на девојчето за
среќен живото. Секогаш ли браќото и раѓањето деца
се боѓаство? За Божјото сеснаење. Случај со мај-
ката на ѝеото Релеев. Треба да ѝоверуваме во
Божјата ѝомисла. Човечкиот живото е само една
подготовка за вечноста. Страдањата водаѝ кон
Боѝа и ѝомаѓааѝ да се разоткријаѝ способностите
Судбината на Козлов. „Божјата ѝосеѝа.“ За да
живее душаѝа. Волни и неволни несреќи. Сите им-
ае свои маки. Не се сите достопни за „Божјата ѝо-
сеѝа.“ Зошто страдааѝ ѝраведностите. „Грев ли е
да се лекуваш?“ Милосрдиеѝо. Примерот на ѝравед-
ната Јулијана. Кому и како да даваме милосѝиња.
Служење на болните.*

Еден мрачен ноемврски ден, Кате се врати од училиште многу вознемирена. Таа само им кимна на мајка си и баба си и веднаш отиде во бањата. Се гледаше дека девојчето со мака ги задржува солзите.

Дури и по неколку минути, кога седна на масата да руча, таа не можеше да ја сокрие својата состојба. Сите веќе ручаа и Кате седна на трпезата сама. Мајка ѝ ништо не ја прашуваше. Откако ја кажа „Оче наш“, девојчето зеде парче леб, зеде и супа со лажицата... но пак ја пушти во чинијата.

- Мамо, - рече таа, - сакам да те прашам нешто. Зошто на светов има толку маки и страдања?

Мајката го стави на страна недозакрпениот чорап, ги спушти рацете на колената... Собра храброст и одговори:

- Девојче мое, затоа така се нарекува земниот живот - „долина на страдањата“. Сам Господ ги предудредил своите ученици, а преку нив и сите нас дека „во светот ќе имате маки“. Земниот пат е полн со маки, „но кој претрпи до крај ќе биде спасен.“

- Не, јас сакам да ја разберам смислата... Јас ништо не разбираам. Сега видов во метрот еден инвалид, кој просеше милостина - го возеа по вагоните... сакаше да ги стави парите во пакетот, но зашто беше врзан за количката не можеше да достигне...

- Кате, ти раскажуваш многу несредено. Раскажи смирено. Каков инвалид?

- Мамичке, нели ти кажувам, многу младо момче, таков - еден бел. Околу дваесетгодишен, не повеќе. Или малку повеќе. А неговата десна рака - отсечена. На вратот му висеше табла - „Инвалид од војната.“ Беше со униформа со заштитена боја, целата со дамки. Со левата рака ги собираше парите, кој колку ќе даде, и се обидувахе да ги стави во еден пакет зад грбот.

Тој се обидувахе да се сврти, да достигне, но никако не успевахе. На крај човекот кој ја туркаше количката му помогна. Не можам да му го заборавам лицето - таква жалосна, беспомошна насмевка, такви добри очи... си помислуваш ли, мамо, тој ќе живее уште долго време. Но каков живот е тоа? На сите им е товар, никому не е потребен. Неговите врсници ќе се жонат, ќе имаат деца, ќе ги воспитуваат, ќе учат и ќе ра-

ботат, а тој? Тој, сигурно, не може сам ниту да се облече... Усните на Кате затрепераа...

- Застани, Катенце. Не можеме да знаеме каков ќе биде животот на тој младич. Тоа се обидувам да ти го раскажам. За тоа пишуваше пред неколку години во списанието „Здравје.“ Исто таков млад човек, во Авганистан, бил осакатен од мина и стигнал во воената болница. Останал без нозе. Една медицинска сестра, православна девојка, се грижела за него и не само што се грижела, туку се вљубила во него, а и тој во неа. И потоа, замисли си, тие се зеле! Станале маж и жена. Некои луѓе ја сожалувале таа девојка, медицинската сестра. А други ја пофалиле нејзината храброст! А таа одговарала со насмевка: „Ама зошто ме фалите? Јас едноставно сум среќна со својот маж и тоа е сè.“ Така што, можеби и момчето што си го видела ќе ја најде својата земна среќа... Ти сега јади, те молам, затоа што супата сосем ќе се излади, а вечер, откако ги заспиеме децата, ќе поседиме во кујната и ќе поразговараме.

Кате малку се успокои.

Мајката мораше внимателно да се подготви за вечерниот разговор. Најпрво ја симна од полицата брошурата за Божествената промисла од св. Јован Тоболски, каде што се изложува учењето на Православната Црква за бедите и несреќите во човечкиот живот. Ја прелиста. Некои страници ѝ го задржаа вниманието. Потоа ја отвори книгата „Основи на искуството на светоста“ од епископ Варнава (Белјаев) - книга што се користи често како прирачник во тешките животни ситуации. Во азбучникот го најде зборот „страданија“ и ги прочита страниците што беа посочени. Пред самиот разговор, пред да појде во кујната, каде што веќе ја чекаше Кате, мајката се прекрсти: „Господи, помогни ми,

вразуми ме! Не допуштај чедото Катерина да се посомнева во Твојата благодет.

Кате, нишајќи се на столот, гледаше кон темниот прозорец. Таа веќе беше подготвена да си легне да спие, домашниот фустан беше наметнат врз ноќницата, косата кај слепоочниците и на вратот ѝ беше влажна - само што се избањала. Од девојчето зрачеше чистота и свежина, а истовремено со тоа се чувствуваше и нејзиното внатрешно напрегање.

Сега, - започна мајката, - откако си се успокоила, обиди се да ми ја објасниш твојата состојба. што се случи денеска со тебе? Од што беше толку вознемирена?

Раменејата на Кате затрепераа:

- Од жалост. Едноставно ми стана жал. Зар тоа не е доволно за да се вознемириш?

- Мене ми се чини дека не е „едноставно од жал.“ Тагата е емоција и моментална реакција на душата на надворешен впечаток. Тоа е првото срдечно движење, што потоа раѓа мисла, слово, дело. Не знам какви мисли си имала во врска со виденото, но чув зборови што ме зачудија. Ти ми рече: „Јас ништо не разбираам“, и во гласот имаше таква беспомошност, таква збунетост! Што значеа тие зборови?

- Јас навистина се збунив. Секогаш сум знаела дека постојат злото и страдањето, но никогаш не сум размислувала сериозно за тоа. Знаев и за војните, и за убиствата, сум гледала просјаци и сакати. Но денеска... Мамичко, денес како за прв пат во мојот живот да се замислив: „Зошто тоа е така? Зошто?“ Тој младич инвалид... тој исто така бил мало дете... тој прво се родил. Мајка му го сакала, му купувала кошули, учел да зборува. Потоа тргнал на училиште... Нели Господ му дал

живот, не за да му ги отсечат нозете во војната, да стане таков... сакат... Започнав да размислувам и ништо не можев да смислам. Излегуваше дека животот на тој младич е завршен, а тоа што ќе биде со него понатаму, е само мака, бесмислена мака... Но мамо, нели Бог е Љубов?...

Кате повторно се сврте кон прозорецот.

- А каков живот би му посакала, ако не беше таа несреќа?

- Каков? Обична човечка среќа - семејство, деца, семејни радости, интересна работа...

- Да прави бизнис, да оди по дискотеки, да вози автомобил... - во тон со неа тивко продолжи мајката.

- Да. А зошто да не? - со извесно предизвикување одговори девојчето.

- Застани, Кате. Ајде спокојно да размислиме. Ти кажа за семејните радости. Ти би сакала тој младич да се ожени исто како и неговите врсници. А од каде си сигурна дека женењето е нешто добро?

- Но, зар ти самата не си ми го велела тоа отсекогаш?

- Прво, јас зборуваав за законскиот, т.е. за црковниот, и од Бога благословениот брак. Дали многумина денес се венчаат во Црквата? Потоа, зар нема несреќни бракови, кога луѓето го проколнуваат свадбениот ден, како ден во кој извршиле непоправлива грешка? А колку многу разводи има! Сети се барем на семејствата на твоите соученици. Зар малку девојчиња и момчиња во вашиот клас немаат татковци? Повеќе од половина клас, Катенце. И секоја година бројот расте. Родителите се разведуваат, создаваат нови семејства што, исто така, се распаѓаат... Ти судиш според нашето семејство, а кај нас, по Божја милост, сè е благо-

датно, најмногу зашто јас и татко ти сме верници, православни. Кате, такви семејства како нашето има малку. За жал. Запомни го тоа и благодари Му на Бога.

- Мамо, но бракот е добар и само поради тоа што се раѓаат деца.

- Да, тоа е голема радост - да имаш свои деца. Но колку мака ги чека родителите што нема да успеат правилно да ги воспитаат! Се сеќаваш ли, јас и ти видовме како една старица го влече пијаниот син кон дома? Тој ѝ се потсмева, ја оттурнува, сака да оди назад, а таа плаче, го моли и го држи цврсто за раката со старечките раце... мислиш дека е многу среќна? А кога во триесетите години ги рушеа црквите, често тоа го правела децата на мајките вернички. Можеш ли да замислиш што преживеале тие мајки чии деца ги фрлале светите икони во оган, ги исфрлале моштите на Божјите угодници од гробниците? Кој знае, можеби децата на тој младич би станале страшни грешници, богоборци.

- Но, тој е толку добар, веднаш се гледа...

- Работата не е во тоа каков е, туку како тој и жена му би ги воспитале децата. Притоа, Катенце, луѓето многу често грешат во своите проценки за другите. Ние дури ниту себеси не се познаваме вистински, а ближните уште помалку ги знаеме. Затоа нашите проценки: „Тој е добар, оној лош“, често се побиваат дури и во овој, привремен живот. Не зборувам за тоа дека човекот до самиот крај внимава на слободата на избор меѓу доброто и злото. Сети се на примерот од Евангелието - од една страна благоразумниот разбојник кој се покаја на крстот, кој Го исповеда Христа како Бог, отиде во рајот, а од другата - апостол Јуда, кој заедно со најблиските дванаесет ученици Го следеше

Спасителот, го слушаше Неговото учење, беше сведок на чудеса и исцеленија, стана предавник на Господа...

Знаеш ли како би поминал животот на младичот, што си го сретнала денес, ако со него не се случило такво нешто?

- Сигурно не полошо од сега.

- Застани. Сега за сега да не даваме оценувања од типот „подобро“ или „полошо.“ Само кажи - ти знаеш ли како би поминал неговиот живот?

- Не, се разбира.

- И јас не знам. А Господ знае.

- Знае не само што било, што е и што ќе биде, туку и што би било...

- Се разбира. За нас тоа е тешко разбирливо поради нашата ограниченост и несовршеност. Ние постоиме и мислиме во времето, што било - веќе нема да биде, што ќе биде - уште не било. Двапати да проживееме еден живот, во различни варијанти, не ни е дадено. А Господ е Сознаен, Сесовршен, Вечен. Тој знае и гледа сè одеднаш, и минатото и иднината, целиот временски живот и вечниот удел на секој човек. Ти уште не си помислила на нешто, а Господ веќе ги знае сите можни последици од таа мисла. Ти притоа остануваш наполно слободна во твојот избор - ете што е восхитувачко!

Ќе ти раскажам една случка. Тоа е вистинска случка. Сум ја чула многу одамна, кога тебе сè уште те немаше и може ќе згрешам во некои детали. Таа историја ја раскажуваше свештеникот на проповед.

Тоа се случило во Русија, на почетокот на XIX век. Младенчето на една жена, бедна дворјанка, умираше. Не се секавам од каква болест. Ми се чини дека веќе се задушувало и било сосем блиску до смртта. Мај-

ката усрдно Му се молела на Бога. Верата ѝ била голема и силна, а мајчината мака придавала смелост и неотстапност на молитвите. Несреќната жена Го смилостивила Господа да го сочува животот на нејзиниот син. Ја спуштила главата на детското легло и задремала. Во својот сон видела едно страшно видение. Бесилка. Петмина обесени, меѓу кои и нејзиниот син, само што тој веќе бил возрасен... Мајката се разбудила. Таа разбрала дека Господ ѝ ја открил иднината што би го чекала нејзиниот син ако тој остане жив. Јавна егзекуција на државен престапник! Но мајката уште поусрдно почнала да се моли: „Господи! Сочувај го животот на мојот син! Јас ќе го воспитам во крилото на Твојата Црква! Со него нема да се случи тоа што Ти ми го покажа! Господи!"

Момчето останало живо. Но мајката не можела да го воспита како што таа сакала. Нашол лоши пријатели, до неговите раце стигнале лоши книги, влегол во едно лошо друштво. Револуционерно. Подоцна неговите членови биле наречени „декабристи." Тие планирале државен пресврт, симнување на царот - Божјиот помазаник, и жестоко платиле за тоа. Петмина од најголемите раководители биле обесени, меѓу нив и поетот Релеев - истото тоа момче што го измолила некогаш мајката од Бога...

Гледаш ли Кате, како дејствува Божјата промисла. Умира детенце. И ти и јас и секој човек би рекол: „Каква несреќа!" А некој, како ти денеска, и би додал: „Јас ништо не разбирам." Но јас се надевам дека случката што ти ја раскажав, ќе те убеди дека не треба да се обидуваме да разбереме, т.е. логички да го испитуваме едното или другото јавување - треба едноставно да веруваме. Затоа што верата во Бога не претпоставува

вува само вера во Божјото битие, во тоа дека има Бог. Таа верува и во Божјата промисла, дека Господ устроил сè за наша корист.

- Дури и смртта?

- Звучи страшно, - дури и смртта, - но не сакам да грешам пред тебе. Денеска, размислувајќи за судбината на младичот инвалид, ние зборувавме за тоа дека тој се лишил од многу земни блага и утехи. Но јас и ти, Катенце, сме православни и треба да гледаме подалеку и подлабоко. Човечкиот живот на земјата трае неколку десетолетија. Тоа е само еден миг во споредба со целата историја на човештвото, а уште повеќе во споредба со вечноста. Се сеќаваш ли ти како е напишано во „Псалтирот“: *Зашиѝо ѝред Твоиѝе очи илјада ѓдини се како вчерашен ден...* А понатаму за човечкиот живот е речено: *Дниѝе на нашиоѝ живоѝ се седумдесеѝ ѓдини, а ѝреку сила осумдесеѝ ѓдини; а најдоброѝо време од нив ѝоминува во ѝруд и болесѝи.* Штом илјада години пред Господа се како „вчерашен ден“, тогаш 70-80 години од човечкиот живот, а мнозина не ја доживуваат таа возраст, се едноставно миг. Но од тој „миг“, од тоа како ќе ги поминеме деновите тука, зависи нашиот удел во вечноста. Разбираш ли? Да го проживееш определениот рок тука, цело време бирајќи меѓу доброто и злото, добродетелта и гревот и според твојот избор да го наследиш или Царството небесно, вечното блаженство со Бога и светиите, или бездната на адот, вечната мака со ѓволот и неговите слуги. Ете што треба да запомнине, кога размислуваме за страдањата и несреќите во овој живот. Жално е за несреќниот млад војник, но запамети дека Господ не му го испратил случајно тој крст. Тој така веројатно ќе избегне многу гревови што би ги направил ако беше млад, си-

лен, убав... Можеби, вкусувајќи ги маките, ќе се сврти кон Бога... а можеби во него ќе се откријат таленти и способности кои не би ги имал, ако беше занесен од виорот на обичниот живот...

Во Русија живеел еден познат поет, современик на Пушкин, Иван Козлов. Тој бил блескав офицер на гарда, светски човек, ги сакал баловите и празниците. Карактерот му бил искрен, му се радувал на животот. Таквите луѓе ги нарекуваат „душа на друштвото.“ Весело ги поминувал деновите и бил среќен. И ете, Господ го посетил...

- Како тоа го посетил? Имал видение?

- Не, не видение. Така православните ги нарекуваат искушенијата - Божјо посетување, знак на Неговата љубов. „Господ го посети“ - така се вели за тие луѓе што доживеле неочекувана несреќа. Несреќите се како Божји гласници. Тие нè потсетуваат дека животот има крај и секој ќе треба да даде одговор пред Вечниот Судија...

И така, тој големосветски човек, наполно среќен со својот земен живот, Господ го посетил со големо искушение - болест. И не обична болест. Во цветот на силите, на околу четириесет години, тој заболел од парализа. Знаеш ли што е тоа?

- Знам, дедото на Марта има парализа. Тој одвај може да си ги мрда прстите на рацете и да си ја врти главата. Не може да стане од леглото ниту за во тоалет, воопшто не се движи. Може да зборува, но многу лошо, како да му е полна устата со нешто; само најблиските, домашните можат да го разберат... Колку жално! Па тој, мамо, бил учен! Многу книги напишал! Навистина, не бил верник. Не ѝ дозволувал на мајката на

Марта, на ќерка си, да оди во црква. А сега лежи и само ги гледа иконите...

- Да, знам Кате. Нашиот свештеник оди кај него да прави маслосвет за време на Великиот пост...

Но едно е кога е парализиран старец, кој живеал долг живот, а друго, кога таа несреќа ќе стигне уште млад, полн со сила маж, како што се случило со Иван Козлов. Не само што ја загубил способноста да се движи и што бил прикован за леглото и столот, туку и ослепел. Можеш ли да си замислиш? Полна слепост, мрак. Невозможно е не само да читаш, да пишуваш, но и да ја гледаш Божјата светлина! Тој живеел така уште дваесет години - последните дваесет години од својот живот. Внимавај, не два месеца или две години, туку дваесет. Де полуседнат, де само легнат, и без да гледа пред себе. Таквиот човек би можел да се нарече „жив труп“, кој им причинува на луѓето наоколу само тага и униние. Но се случило спротивното. Тој сите ги утешувал и ги избавувал од тага и униние. Почнал да пишува стихови, станал поет, прочуен низ цела Русија. Поезијата не му била едноставно само исполнета со длабоко чувство, таа била вдахновена со длабока вера и покорност на волјата Божја. Тој за себе пишува: „Сите земни радости со Небесната надеж ги заменив.“

- Јас дури не сум ни чула за ваков поет. На училиште не ни зборувале за него.

- Затоа, пак, ти многу добро знаеш една негова стихотворба.

*Вечерен свон, вечерен свон!
Колку многу зборови ми навираат...*

Кате се насмевна кога ги слушна зборовите на познатата песна, а мајка ѝ продолжи:

- Таа стихотворба е понижана со црковно благовестие. Прочитај ја до крај, ја имаме во збирката „Руски поети“ и ќе се воодоопевиш - во неа се пее за смртта, но со какво христијанско смирение и со каква кротост ја прима поетот мислата за смртта, мислата за крајот на земното суштествување! Не напразно, Жуковски му пишува на Вјаземски, малку пред смртта на Иван Козолов: „Појди кај Козолов, тој е во ужасна состојба - прстите му се здрвуваат, јазикот почнал да му отрпнува, слухот одамна му ослабнал. А душата - живее.“

Најважно е душата да биде жива. Јас сум сигурна дека и на тој младич, што си го сретнала во метро-то, душата му е жива и ќе биде жива. Не случајно те поразил добриот и мек израз на лицето. А тоа што можеби во него било лошо и грешно, сето ќе омекне поради страдањето. Душата ќе му се очисти преку страдањето. И ако тој ја поднесува својата мака без роптање, со трпение и смирение, Господ, се разбира, ќе го награди во вечноста. Ти што мислиш?

- Значи, невозможно е да се спасиме без искушенија?

- Невозможно е. Нели ни е речено: „Во светот ќе имате маки.“ Само што искушенијата, како што вели старец Макариј Оптински, се волни и неволни. Волните маки, т.е. доброволните - тоа е подвижништвото. Постите, бденијата, долгите молитви и доброволните лишувања, како на пример исполнувањето на монашките завети. Но ретко се среќаваат луѓе што можат да земат доброволни маки врз себе. Тоа е патот на Божјите избраници, патот на совршените. Останатите, кои

немаат подвизи заради Христа, Господ ги посетува и ги спасува со неволни искушенија. Тука веќе, сакала не сакала, треба да го носиш својот крст.

Да речеме дека човек собрал пари, планира да оди на море, во странство. Сите негови мисли се свртени кон удобности и забава. На Бога и душата заборавил... и одеднаш - Божја посета - или некаква болест, или кражба на целото богатство, или несреќа во семејството. И тој се вразумува. Така се случува.

А друг божем и во Бога верува, и оди во црква, но срцето му е студено како камен и не е тоа што треба да биде. Си дава збор повеќе да се моли, да се бори со страстите, да живее по заповедите... и само што ќе почне - повторно паѓа во истите гревови. И повторно студенило, мрзливост, униние... Таквиот човек, исто така, има потреба од Божја посета. Само што, ние сакаме Господ да нè посетува со утехи, со чудеса, со виденија, исполнување на нашите желби. А тој нè посетува со искушенија. Тоа е корисно зашто поради несреќите не можеш да се возгордеш. Ќе избегаш од една, а на друго место, во друга ситуација, те чека нова, честопати посериозна несреќа.

- Но нели има многу луѓе што немаат никаква несреќа. Тие се задоволни и среќни. Тие нема ли да се спасат?

- Кој, на пример?

- Многу луѓе. Ми се чини дека во нашето семејство никој нема маки!

- Мислиш ли? Значи не си многу внимателна. За вас, децата, нема да зборувам. Вас сега Господ ве чува со специјална љубов, вие растете во крилото на Православната Црква и немате искушенија, како што имаат возрасните. И сепак, ете нашиот Андреј од раното дет-

ство е со слабо здравје, постојано настинува. Зар тоа не е крст? Да, не може да се спореди со крстот на младичот кој си го сретнала. Пријателите на Андреј јадат сладолед, а тој не смее. За него тоа секогаш е забрането. Децата трчаат на студот, играат хокеј, а тој ги гледа низ прозорецот со завиткано грло... А мојата мака е во тоа што преку летото треба да го носам на море за да закрепне од морскиот воздух, а ние тоа не можеме да си го дозволиме. Ќе ми поверуваш ли дека сонувам како седиме на морскиот брег, Андреј излегува од водата - изгорен, здрав. Во моето детство речиси секоја година одев на југ со родителите, а сега, за да може сите да одиме - нели не можам да ве оставам да ве гледа вашата болна баба - потребни се огромни пари. А, вашиот татко? Зар не гледаш каков крст носи? Тој крст е работата. Тој, како што знаеш, работи на две места и има само еден ден за одмор - недела. Си доаѓа дома доцна, излегува рано. Со него малку се гледаме, не може многу време да посвети на децата кои ги сака повеќе од сè на светот. И зошто? Затоа што нè храни. Ете, колку многу сме, а сите живееме со парите што тој ги заработува и кои не ни се доволни. На Андреј треба да му купиме детски велосипед, што значи, ти ќе треба да почекаш за ново палто... И така, јас и тој седиме и сметаме од каде може да се заштеди... Татко ти е преморен, често нема време, дури ни пред да си легне, да прочита нешто. Зар тоа не е крст? А ако си живееше сам, материјално ќе му беше лесно и убаво. Немаше нас да нè има... Така што, Катенце, и вие имате свои исушенија. И јас ги имам и ти ги имаш.

- Мамо, а богатите луѓе, претприемачите, бизнисмените, нивните семејства - тие сигурно немаат маки! Живеат и му се насладуваат на животот.

- Прво, додека „се насладуваат на животот“, како што велиш ти, некого од нив можеби веќе го чека несреќа. И во некаква смисла тоа е добро - од таква Божја посета се пробудува и оживува душата. Второ, немој да мислиш дека богатите луѓе, за кои зборуваш, се толку среќни. Човекот има една карактеристика Ё ништо не му е доволно и тој наоѓа причина да му завидува на ближниот. Тој има поубав автомобил, оној има повеќе пари, трет има власт. И ете, се раѓа завист, нај-мачната страст, што ја разболува и јаде душата како црв. Притоа, таквите луѓе често живеат во страв. Имаат потреба да вработат телохранители, да стават блиндирани врати. Тие само тоа го слушаат: дека некој од нивните познати е застрелан во влезот, или дека му го киднапирале детето...тие никој не му веруваат, им се чини дека ги прислушкуваат, дека некој постојано ги следи. Такви луѓе немаат спокојство ниту тука, ниту, пак, добиваат мир во задгробниот свет.

На крајот ќе ти кажам уште нешто. Не е секој достоин за искушението што го нарекуваме Божја посета. Некому тоа нема да му помогне, нема да му послужи за спасение, човекот само ќе почне да ропта и да хули на Бога во својата мака. Затоа тој останува без спасителните маки што очистуваат. Ете тоа се нај-нај-најнесреќните луѓе, кои светот ги смета за успешни, па дури и среќни.

- Мамичке, ако искушенијата имаат спасително, очистувачко значење, зошто Господ им ги испраќа на добрите луѓе, не едноставно на добрите, туку на праведниците, на своите угодници? Ете, преподобниот Серафим, кој веќе бил пустиник, подвижник и голем молитвеник, селаните крадци го претепале до смрт... Зошто праведниците страдаат?

- Прво, за поголемо совршенство, за придобивање на поголеми венци во Царството небесно. Освен тоа, Господ преку маките може да ги испита праведниците во добродетелта - во трпението. Така било со блискиот праведник Јов. Понекогаш тоа се случува и со човек што е праведен и речиси свет до доаѓањето на првата мака. А кога ќе дојде искушението и тој ќе почне да ропта, верата му се колеба. Од тоа како ги поднесуваме искушенијата, ние често ја спознаваме нашата внатрешна состојба. Во маките ние често ја спознаваме нашата немоќ и се смируваме.

Второ, Бог може да ги посетува праведниците со искушенија и заради смирението на другите. За да им покаже на немоќните како треба да ги поднесуваат страдањата, Господ често ги дарува некои луѓе со духовни дарови на прозорливост, расудување, утешение. Православните ги нарекуваат страдалниците - блажени.

- Кажи ми, мамо, ако болеста треба да ја разбереме како Божја посета, тогаш грев ли е да се лекуваш?

- Светителот Тихон Тоболски детално го разгледува тоа прашање. Да се лекуваш кога си болен не е грев. Како ние православните треба да постапуваме во тие случаи? Од каква и да е непосредна причина да започнала болеста, нема никакво сомневање дека тоа е според Божјата волја. Но, на болниот не му е позната Божјата намера за должината на болеста, па затоа тој може да се обрати на лекар и да побара некаков лек. Ако, по долго лекување, види дека ништо не помага, може да заклучи дека таква е Божјата волја - подолго време да трпи тешка болест. И сепак, бидејќи болниот не знае дали Му е угодно на Бога тој да страда до

смртта, може да продолжи, до последниот ден од животот, да се лекува, за да си го врати здравјето или да ја ублажи болеста. Тоа е многу посмирено, отколку, да си вообразува дека е способен да ја поднесе тешката болест, без да се лекува. А има луѓе кои чекаат Господ да ги исцели со некакво чудо или појава. Тоа го покажува недостигот на смирение кај човекот.

Најважно е да знаеме дека, во кој и да е случај, Господ нè исцелува дејствувајќи преку средствата на видливиот свет, преку лековите и лекарите. Да не ја полагаме нашата надеж само во медицината, затоа што Господ, како што може да го вразуми и направи мудар лекарот што нè лекува, Тој, исто така може, ако не Му е угодно да ни го врати здравјето, да го лиши секое, та и најдоброто лекарство, од лековитата сила.

Сакам да ти кажам дека искушенијата се полезни и поради тоа што на другите им даваат можност да пројават милосрдие. А тоа е голема христијанска добродетел. Раскажувајќи ми денес за младичот инвалид, ти го спомна неговиот пријател што ја вози количката. Мислам дека тоа, исто така, е подвиг, дело на љубовта. Така маката го омекнува не само оној што непосредно ја искусува, но и луѓето што го опкружуваат страдалникот.

- А јас, сакав само да забележам дека штом искушенијата се толку корисни и спасителни, според тоа, ние треба да се радуваме за несреќите на ближните и да го оставиме да си го носи крстот...

- Кате, запомни дека Бог е добар и дека и злото може да го преобрати во добро. Војната, на пример, може да доведе до сенародно покајание и вразумување. Втората светска војна во 1941 година, на православните им донесе маки и огромна беда. Но, од друга стра-

на, војната стави крај на гонењето на Православната Црква. Започнаа да се отвораат храмовите, да се враќаат свештениците и епископите од заточение, и пред и по битките се отслужуваа молебни. Православниот народ се врати кон верата. Многу православни борци носеа со себе икони на фронтот.

Сето тоа не е толку едноставно. Може да прашаш: „Значи војната е нешто добро?“ И јас ќе ти одговорам: „Се разбира дека не. Таа е зло. Но Господ и злото го обраќа во добро.“

А колку љубов и милосрдие се покажало кај луѓето за време на војната! Како тие им помагале на ранетите, та дури и на заробените Германци и за нив православните жени, исто така, нашле милост во себе. Воопшто, милосрдieto е општохристијанска добродетел, но таа е особено својствена за православната жена. Го знаеш ли житието на праведна Јулијана?

- Таа што ги хранела гладните?

- Света Јулијана била многу благочестива жена, молитвеничка и тајна подвижничка. Давала милости-на, дури и скришно од своите домашни. Од својата све-крва барала поголеми порции храна за себе, велејќи дека ѝ се јаде повеќе, и тоа го раздавала на сиромашните. А кога остарела, веќе како вдовица, таа го разда-ла својот имот на тие кои имале потреба од тоа, стану-вајќи на тој начин сиромашна. Тоа се случило во цар-ството на Борис Годунов. Во Русија тогаш настанал та-ков глад што луѓето се хранеле со мрша, па дури и со човечко месо, т.е. почнало човекојадство. Старицата Јулијана, која веќе била просјак, им заповедала на слу-гите кои останале кај неа (другите одамна си отишле, пуштени на слобода) да собираат лобода, да ја лупат кората од брестовите и од тоа да прават леб. Со тој леб

таа не само што се прехранувала со своите домашни, но ги хранела и сите сиромашни што доаѓале во голем број кај неа во куќата (таа тогаш живеела во село Вочнево до Нижни Новгород). И ете што е восхитувачки. Лебот од лобода и од кора би требало да биде сосема несоодветен за јадење. Но по молитвите на милостивата Јулијана, тој бил хранлив и вкусен. За тоа раскажувале сиромашните на кои Јулијана им давала милости-на. Ете колку е голема пред Бога добродетелта на милосрдieto!

Всушност, кога до нас ќе ја видиме туѓата мака, желбата да помогнеме е нешто нормално. На почеток, нè опфаќа силна тага. Но ако сме православни, жалоста не треба да се претвори во роптање против Бога, во душевен смут, каков што те опфати денес. Христијанката која што се среќава со страдањата на ближниот, нема да размислува зошто или поради што се случуваат такви маки, или што би било кога нешто друго би се случило. Таа прво ќе се Му се помоли на Бога и ќе го предаде страдалникот и себеси на Божјата волја. А потоа ќе пројави милосрдие - или ќе даде милостина или барем ќе го охрабри несреќникот со збор, или на некаков начин ќе му помогне. Ако не може со ништо да му помогне на тој човек, таа ќе го сврти своето милосрдие на други кои имаат потреба од помош. Тоа не треба да го прави поради душевни чувствителни побуди, туку спокојно, расудувачки, како сè што се прави заради Бога.

Во спротивно ќе станеш роб на своите емоции. Некој од сиромашните ќе ти се допадне повеќе, ќе посакаш сè да му дадеш, а некој нема да ти се допадне и нема да му дадеш ниту денарче.

- Навистина, мамо, јас понекогаш не им давам на просјациите токму затоа. Дури ни од ситните пари што ми ги дава тато секоја недела за милостина. А некои просјаци кај мене предизвикуваат недоверба. Девојчињата од нашиот клас велат дека тие се навистина милионери, дека си имаат своја мафија и дека децата им се нешто како наемени артисти кои станале професионални просјаци...

- Ах, Кате, тој пат е многу опасен. Не мисли на тоа и не ги слушај девојчињата! Дури и да е така, дури и да се криминалци и да се професионалци... Тебе што ти е? Ако даваш милостина според Божјата заповед, Бог ќе ја прати твојата милостина каде што треба.

- А може ли да се случи да дадам пари на некакви авантуристи и повеќе да немам да дадам милостина на вистинските сиромашни?

- Знаеш ли што вели нашиот свештеник за тоа? На тој што се обраќа лично кон тебе, и притоа моли „заради Христа“, треба задолжително да му даваш милостина, макар и денарче. А во другите случаи - како Господ што ќе те вразуми. Секогаш треба да се молиш во себе кога ќе даваш милостина за таа да биде од корист за човекот, а не за штета. И да се трудиш помалку да осудуваш. Но подобро е да се помага со дела. Добро дело е да се грижиш за болните. Тука веќе не може да има никакви сомневања, тие луѓе навистина имаат потреба од милосрдие. Кога им служиш на болните и самата се смируваш, се успокојуваш, се укрепуваш во верата...

- А ти, од каде знаеш? Од грижите за нас децата, кога боледуваме?

- Ама, што зборуваш! Да се грижиш за своите

деца не се смета за дело на милосрдие. Тоа е речиси исто како да се грижиш за себеси. Но тоа што ти го кажав навистина ми се случи, имав можност да го дознаам од лично искуство. Веќе неколку недели по ред излегувам од дома на два часа, кога ве оставам со татко ти и баба ти. Знаеш ли каде одам?

- Ти велеше дека треба да ѝ се помогне на тетка Марина...

- Јас навистина ѝ помагав. Заедно одевме во болница, за да ги измиеме, да ги нахраниме и да им исчитиме на болните што лежат. Тоа се старци кои не можат веќе да стануваат од леглото. Нивните деца не ги посетуваат. И свештеникот благослови заедно со тетка Марина и уште неколку жени да одиме таму еднаш во седмицата. Не сакав никому да кажам за тоа, ама сега ти кажав само поради тоа што... Знаеш ли зошто?

- Зошто?

- Затоа што денеска ми дојде помисла дека е време и тебе да те земам со нас. Сакаш ли следната недела заедно со нас да дојдеш во болницата? Само имај предвид дека таму не е многу весело. Таму и за возрастна жена е тешко. Нечисто е и мириса лошо. Не знам дали ќе можеш...

- Се разбира дека ќе можам! И многу сакам да дојдам!

Мајката тајно се зарадува од ентузијазмот на Кате:

- Како треба да одговори христијанката? - „Не знам. Се надевам на Божјата помош.“ Добро, ќеркичке. Оди да се помолиш и да легнеш да спиеш, ние и без тоа долго разговаравме.

Мајката ја прекрсти Кате која блескаше од радост.

РАЗГОВОР III

*„Кралицата Марго.“ Дали е безопасно за душата чистањето на такви книги. Девојчето треба да ги избира книгите. Некои книги го третираат умот со штејливи вичајоци. Што може да чита право-славното девојче. Катје сонува за „виситинска пријателка.“ Како таа го разбира дружењето. Нејзините пријателки Магдалена и Јулија. Зошто Катје се скара со Јулија. Пријателството според православното сфаќање. Зошто постои љубо-мора? „Сакај ги сите, одбегнувај ги сите.“ Присира-носита и љубовитиносита ја расипуваат дружбава. Пријателството меѓу момче и девојче е полно со искушенија. „И јас самата погледнувам кон него.“
Мајката ја предупредува Катјерина.*

За време на вечерата Кате беше расеана и не забележа дека татко ѝ веќе по втор пат ѝ се обраќа:

- Катерина, ме слушаш ли?
 - Што е тато? - се стресе Кате.
 - Прашувам од кога ви почнува одморот на училиште.
 - Мислам дека е од дваесет и петти декември, - и девојчето повторно потона во мислите.
 - Минатата година како да беше поинаку, се сеќаваш?
 - Ааа, - неумесно промрмори Кате.
- Таткото зачудено ја погледна мајката, а таа му одговори со недоумица во погледот...

По вечерата Кате нестрпливо ги изми чиниите, ја избриша масата, потоа вешто, речиси механички го исчисти мијалникот, го прибра приборот во шкафот, и истрча во собата на баба ѝ. Таму, на бирото на кое вообичаено учеше, светеше ламбата и лежеше отворена книга. Кате седна на бирото, ја сврте страницата и заборава на сè друго од овој свет. Авантурите на главниот лик толку многу ја беа занеле, што таа не забележа кога баба ѝ влезе и излезе, потоа на бирото на Кате се појави јаболко, кое, без да го крене погледот од книгата, почна да го јаде; измина еден час и уште еден... Убавиците со фустани, кралскиот двор, интригите, баловите, галантните кавалери, тајните средби, страсните објаснувања во љубовта - од тој свет што маѓепсува ја отргна гласот на мајка ѝ:

- Што е тоа што го читаш?

Сакаше - не сакаше, ќе мораше да се оддели од книгата. Мајка ѝ седна на креветот. Кате ја премести книгата и се сврте кон неа со некаков замаглен поглед.

- Сè научив за утре. Со музика се занимавав преку денот. Ја прибрав масата...

- Знам, ти си умна, - се насмевна мајката, - Сепак, каква е таа книга?

- Александар Дима, „Кралицата Марго.“

Мајката се зачуди. Таа се надеваше дека за ќерка ѝ времето за вовлекување во такви романи одамна е поминато. И одеднаш - „Кралицата Марго.“

- Од каде ја имаш?

- Во класот сите девојчиња ја читаат по ред. Ете, и мене ми ја дадоа.

- И, каква е? Ти се допаѓа?

- Знаеш мамичке, искрено кажано, разбирам де-

ка таа книга е наполно празна. Не е толку освојувачка! Знаеш, да се одмориш, да се тргнеш од сè што е сериозно...

Мамо, зошто молчиш? Зар затоа што сум православно треба да читам само житија?...

Мамо! Ми се лутиш?

- Не, не се лутам. Иако ме огорчува тоа што си почнала да читаш толку голема книга, и тоа празна, без благослов од свештеникот, дури и без да се посоветуваш со мене. Се разбира, нема да ти забранам да ја читаш, штом веќе си почнала. Можам само да те посоветувам - престани, не читај понатаму. Тоа не е лесно, но победата што ќе ја постигнеш над себе е многу важна понатаму во животот.

- Но зошто, мамо? Знам дека има недолични, непристојни списанија и книги, нив никогаш не би ги читала. Но „Кралицата Марго“ е, едноставно, авантуристички роман од старо време. Сите девојчиња го прочитале, сите се воодушевени. Убави сцени, романтични чувства... Мамо, зошто молчиш? Зар тоа го сметаш за нешто сериозно? Ќе ја прочитам книгата и ќе заборавам. И сè ќе биде како пред тоа.

- Види, Катенце, нема да заборавиш. И повеќе нема да биде како претходно. Такви книги, како оваа, оставаат во душата лоши траги. Ти ќе сакаш да заборавиш, а во умот ќе ти се појавуваат слики - не свети, духовни, туку слики на распуштени великосветски дами. Ќе се сеќаваш на сцените и зборовите на јунаците... Зар мислиш дека впечатоците минуваат низ твојата душа без да остават траги? Тие затоа и се нарекуваат така - впечатоци, затоа што оставаат длабока трага. Го трујат срцето и човек повеќе не можеш чисто да се моли. Но зошто, зошто прво не се посоветува со мене,

- Мамо, не се огорчувај! Тоа е само една книга... Зар поради некаква „Кралица Марго“ ќе се караме? Сакаш ли уште утре да им ја вратам на девојчињата и крај?

*И долго ќе бидам ѝамејен од народот зашто ишто
Добри чувства со мојата лира сум ѝобудувал.*

147

бавам. Такви книги незабележливо, ненаметливо, учат на лага, завери, распуштеност, дејствуваат погубно врз целомудрието на девојката. Ти и самата, ако си внимателна и искрена кон себе, ќе го забележиш тоа. Кога читаш, многу брзо ти станува јасно дали сакаш да станеш подобра, поумна, или напротив - книгата предизвикува во тебе лоши чувства и такви желби за кои не би сакала да разговараш со мене.

Светите отци ги нарекуваат човечките сетила „прозорци на душата“. Преку овие прозорци (видот, слухот, мирисот, допирот и вкусот) светот околу нас, проникнува во нашата душа со своите впечатоци, не само со корисните, туку и со штетните. А видот е најглавниот, најголемиот прозорец. Ќе видиш нешто, лошиот впечаток цврсто ќе се вреже во умот, и ако потоа сакаш да го заборавиш, ќе ти биде многу тешко. Нашиот ум е една зачудувачка галерија. Сè што гледаме, слушаеме, мислиме, се собира во различни претстави и се подредува во таа галерија. Ако ја наполниме со глупави и порочни слики, потоа цел живот ќе треба да го минеме меѓу нив, а со тоа, се разбира, нема да станеш ниту попаметен ниту подобар. Понекогаш, човек сакајќи да се присети што добро видел, мислел или правел во својот живот, започнува да ја прегледува својата галерија, а таму, се покажува дека доброто е многу малку, а повеќе има такви претстави на кои е срамно дури и да погледнеш.

Порочните спомени го унижуваат човекот. Не му дозволуваат духовно да расте. И потоа, карактерот, навиките, претставите, се пренесуваат и врз децата и тогаш ним ќе им биде многу потешко да станат добри луѓе. Не треба да заборавиме дека, не само нашиот иден задгробен удел, но и животот на идните поколе-

нија зависи од тоа како се однесуваме, што гледаме и слушаеме, што читаме, за што размислуваме...

Кон книгата треба да се однесуваме како кон собеседник. Ако ти предложат да избираш со кого сакаш да разговараш - со некој старец подвижник или со голем писател, или, пак, со човек што пуши, пие, оди по ресторани, се коцка, ја изневерува законската жена - најверојатно не би се двоумела ниту минута. Но големите луѓе се малку, светите уште помалку и ретко се случува да разговараме со нив. А во исто време, книгите ни даваат можност да си избереме пријатели меѓу најдобрите луѓе на светот.

Често со пофалба велат: „Тој чита толку многу!“ Не е важно колку, туку што чита човекот. Има многу момчиња и девојчиња што читале многу, но не биле баш мудри во изборот на пријатели меѓу книгите. Тие читале за крадци, тајни агенти, грабежи, убиства, за лекомислени и распуштени луѓе, и така си го помрачувале умот со секакво бесмислено ѓубре, кое воопшто не вредело да се памети, па дури и да се знае. Подобро читај убави раскази, новели, кои ги имаме кај нас дома.

Читај ги, на пример, романите на Дикенс - тие се интересни и поучни. Читај ја „Новелите на Белкин“ од Пушкин. Читај ги расказите на Тургенев од „Записи на ловецот“. Читај ги Гогољ, Чехов. Само не заборавај да се советуваш со мене или со татко ти. Добро е да читаш научно-популарни книги во кои се кажува како живеат луѓето на разни места во светот, како живееле порано, какви им биле навиките и обичаите и како, воопшто, е организиран светот. Како живеат животните. Како е устроена вселената...

Во тие книги, има многу работи што треба да ги знае секој човек, а животот не е толку долг, и затоа не

е убаво да си го трошиме времето во читање на разни бесмислени глупости. А уште помалку ти, која имаш толку корисни и потребни занимации...

Катенце, ти сега нешто замолкна и се натажи...
Што ти е?

- Такви книги како „Кралицата Марго“ нè вовлекуваат во лажен свет, тоа ти, се разбира, го кажа точно. И добро рече дека книгите се пријатели, собеседници. Тие ти помагаат да ја забораВИш осаменоста. Затоа и се зафатив со оваа книга.

- Осаменост? Кај тебе? - мајката едноставно беше поразена. Нејзината Кате, ведрото, отворено, секогаш со луѓе опкружено девојче, се чувствува осамено?

- Да.

- Чекај. Што е со Магдалена? Со девојчињата од црковниот хор? А со Јулија? А нашето семејство? А, на крајот, јас? Зар и покрај нас си осамена?

- Мамичке, сето тоа не е исто. Ти си ми најблиска и најскапоцена од сите, но ти си возрасна. Јас сакам да си имам пријателка, која ќе ми биде второ „јас“. Апсолутно сè да си споделуваме една со друга, да ги делиме сите радости и таги заедно. Не ми се потребни многу пријатели, потребна ми е само една, единствена пријателка, но таква со која сè ќе ни биде заедничко, да немаме тајни меѓу себе... Во детството ја сметав Магдалена за таква пријателка. Но денес од таа детска дружба речиси ништо не остана. Ние имаме малку заеднички работи. Дури и здодевно ни е заедно. Не, ние имаме прекрасен однос... Ама како да ти објаснам?... Не длабок, туку површен.

- А Јулија? Последниов месец само за неа зборуваш. По неколку пати на ден се слушате по телефон. А сега ништо не слушам за неа...

- Јулија? Со Јулија имам исто такво пријателство, вистинско пријателство се разви меѓу нас. На почеток таа многу ми се допаѓаше - толку умна, сериозна, дури и стихови пишува и, исто така, е православна, оди во црква, има исповедник... Ама таа... Не, дури не ни сакам да зборувам за неа.

- Јулија направила нешто лошо?

- Измама во пријателството, - што мислиш, - зар не е тоа лошо?

- Зар е толку сериозно? - Мајката сакаше да се пошегува и со шегата да ја оттргне напругноста. Но таа гледаше дека шегата може болно да го погоди девојчето. Мајката се сети дека последната недела Кате беше замислена и тажна. Ете што била работата! Можеби тој интерес кон „Кралицата Марго“ е поврзан со тоа разочарување - со желбата да заборави, да се утеша... Таа внимателно праша:

- Јулија кажала некоја твоја тајна? Или зад грб те осудила за нешто? Или те наклеветила?

Кате молчеше.

Мајка ѝ ја праша уште нешто:

- Кажи ми, тоа се случи минатата недела?

- Да. Во петокот. Јулија оди во некаква „школа според искуствата“, на секција за поетски творби. Таму, исто така, оди и Магдалена од другиот клас. Минатата недела, таа и Магдалена се подготвуваа за вечерта на поезијата, ги гледаа тетратките со стихови, оценуваа големини и рими, но јас не разбираам ништо од тоа. Секој одмор меѓу часовите „преку глава“ трчаа една кон друга. А во четвртокот заедно тргнаа да си одат дома, иако Јулија виде дека ја чекам. И ете, во петок, пак истото. Јас се доближив до нив (а таа и Маг-

далена веќе одеа низ ходникот) и отворено ги прашав:
„Јулија, ти со мене ќе се дружиш или со Магдалена?"

- Што? Глупаво ли е?

- И Јулија што ти одговори?

- Ништо. Едноставно ги собра рамењата и премолчи. Магдалена, изгледа сфати дека ме повреди и рече: „Па, јас да тргнам." Но Јулија не ја пушти. И тие заедно си заминаа. Во петокот вечерта Јулија ми се јави, но јас не сакав да разговарам, ѝ ја спуштив слушалката. Од тој ден не сме се доближиле една до друга на училиште. Јас, искрено речено, чекав таа повторно да ми се јави, размислував што да ѝ кажам, но сè е залудно зашто таа повеќе не ми се јави... Што ќе кажеш на тоа, мамо?

- Тажна приказна. Но ако те интересира моето мислење, дозволи ми искрено и отворено да ти кажам - самата си си виновна. Ако вашето пријателство заврши на овој начин, тогаш ќе треба самата себе да се обвиниш.

- Зошто?

- Затоа што, очигледно, немаш точна претстава што е пријателство во христијанска смисла на зборот.

Пријателството е голема утеха што ни е дадена од Бога во овој земен живот исполнет со таги. Несомнено, тоа е Божји дар. Затоа тој што нема пријател може да се моли на Бога: „Господи, испрати ми вистинска пријателка!" А тој што веќе има пријател, може да Му благодари на Бога за тој дар. Се разбира, ти си во право, дека тоа со Магдалена не може да се нарече вистинско пријателство. И не поради тоа што некогаш ви е здодевно кога сте заедно. Едноставно, вие немате вистинско едномислие, еднодушност. А, Софија, во секој

случај, е добро девојче, но во однос на прашањата за духовниот живот таа е рамнодушна, а тебе ти се многу важни. И излегува дека гледате во различни насоки и дека одите по различни патишта.

Јулија е друга работа. Меѓу вас би можело да има вистинско пријателство, пријателство меѓу две девојчиња што се христијанки. Но очигледно дека во вашиот однос недостига тоа што треба задолжително да го следи таквото пријателство - простотата, деликатноста и меѓусебната доверба. Тебе ти беше тешко што Јулија поминува многу време со Магдалена, но наместо веднаш, од првиот момент, да ѝ го признаеш тоа и да го расчистиш вашиот однос, ти дозволи да се развие љубомора - таа ужасна страст која е сродна со зависта. И кога таа страст се развила со полна сила, настанал конфликт затоа што си ја ставила пријателката пред тежок избор.

Кај вистинското пријателство не може да биде така, зашто тоа е пожртвувано. Во Евангелието се вели: „Нема поголема љубов од таа да си ја положиш душата за своите пријатели.“ Токму таа пожртвувана љубов е врв на пријателството, но ти не си се упатила кон тој врв. Знаејќи колку е важно поетското занимавање за твојата пријателка, како се подготвува за таа вечер на позијата, ти, наместо да се повлечеш настрана за извесно време, да останеш во сенка и да се радуваш на нејзиниот успех, си ја поставила пред изборот: „или јас или Магдалена.“ Всушност: „Или дружењето со мене, или твоите поетски активности.“ Без да сакаш самата да го разбереш тоа, ти си била жестока со твојата пријателка.

Дружбата е здрава и трајна само тогаш кога пријателите или пријателките пројавуваат чувствителност

и внимателност едни кон други. Ако едниот пројави настојчивост кон нешто, сакајќи да се запазат неговите интереси - крај на пријателството. А ти не само што си пројавила настојчивост, туку си била и наметлива, си се однесувала како Јулија да е твоја сопственост и како да не може да има ниту свои интереси, ниту други пријатели, освен тебе.

Знаеш ли од каде произлегува љубомората во пријателството? Од претераната чувствителна приврзаност.

- Што значи „чувствителна“?

- Основа на емоции и утврдување на своето „јас.“ Православното пријателство има духовна основа, а во надворешните пројави, не чуди се, те молам, тоа е постудено, отколку што ти се чини. Еднаш свештеникот ми ги цитираше зборовите на свети Тихон Задонски: „Сите сакај ги, сите избегнувај ги.“ Јас го прашав токму за истото - какви треба да бидат христијанските односи со пријателите? И тој ми одговори со цитат од светиот отец: „Сите сакај ги, сите избегнувај ги.“

- „Сите сакај ги“, е јасно, но што означува „сите избегнувај ги“?

- Тоа значи... световно кажано, да имаш определена дистанца во односите со луѓето. Најтаинственото да не го разгласуваш пред никого, дури ниту пред најблискиот пријател. Никакви „тајни“ да не се откриваат - ти ова го сметааш за важен знак на пријателство, а тие работи треба да ги оставааш за свештеникот, твојот духовник. Некои теми, особено тие што се поврзани со здравјето и хигиената, да ги разгледуваш само со мајка ти. Мене не ми се допаѓа кога пријателките се претерано отворени една кон друга. Секоја треба да има доволно уважување кон себе, некои тајни да ги чува за

себе, за нив да разговара само со мајка си. Познавав девојчиња на кои не им доаѓаше на ум дека за некои семејни работи не треба да се разговара, и тие пред своите пријателки кажуваа апсолутно сè што се случува кај нив дома. Како секој човек, така и секое семејство, може да има свои лични работи, што не мора останатите луѓе да ги знаат. Ако пријателките раскажуваат сè по ред, тогаш може, своите ближни, да ги стават во смешна и непријатна положба.

Со Магдалена вие грешевте со празното дрдорене, дискутирање за учителите и случките на час итн. Колку пати сакав да ви ја прекинам линијата на телефонот и да ставам крај на тие празни разговори, особено кога ќе почнете да погодувате кој во кого е вљубен од вашиот клас!

Но искрено кажано, ниту разговорите со Јулија не ми се допаѓаа - една на друга си ги раскажувавте сонштата, зар не знаеш дека не треба тоа да се прави? Се натпреварувавте да ги споделите сите мисли и чувства, да си го раскажете секое најнезначајно чувство, се правевте паметни една пред друга... Како да брзавте да си ја откриете својата духовна внатрешност една на друга, како да се обидувавте да си ја превртите душата наопаку, и затоа вашата пламена дружба се скрши толку лесно.

Само православниот верник, член на Црквата, може да разбере што означуваат тие поими: „Сакај ги сите“ и „избегнувај ги сите.“ Работата е во тоа што христијанската љубов не е пристрасна и таа не си го присвојува пријателот - таа го предава на Божјата волја. Православното девојче треба вака да мисли за пријателката: „Господи, Ти благодарам за тој дар - пријателството. Мојата пријателка не ми припаѓа само ме-

не, таа е Твое создание и јас верувам дека Ти секој од нас го водиш по најдобриот пат кон спасението. Помогни ми да се избавам од пристрасноста кон неа, од љубомората кон нејзините останати пријателки и нејзините активности..."

Пријателството често се расипува поради љубопитството пројавено од страна на една од пријателките. Никогаш не треба да го дозволиш тоа. Дури и ако си многу љубопитна да дознаеш нешто, подобро е да почекаш, додека пријателката сама не ти раскаже. А ако и не ти раскаже, треба да се смириш и успокоиш... Знаеш ли дека од твоите пријателки најмногу ми се допаѓа Марта и вашиот однос една кон друга. Тој е најблиску до христијанската претстава за другарување.

- Но јас и Марта не сме најблиски пријателки...

- Зар само затоа што не разговарате по половина час на телефон? И не се интересирате за душата на другата? Не си љубоморите, не се карате? Сето тоа се знаци на чувствително, пристрасно пријателство. Затоа, пак, вие сте едномислени христијанки, сте завршиле курс по веронаука. Заедно Му служите на Бога - пеете на служба. Малку зборувате, но се разбирате со еден збор. Ве обединува заедничката молитва. На крај, духовни сестри сте - имате ист духовник. И јас не се сомневам дека во тежок момент, кога имаш потреба од помош, со збор и дело, до тебе ќе биде токму Марта.

- Мамо, а што мислиш за пријателството меѓу момче и девојче? Некои сметаат дека тоа е поцврсто, понадежно, отколку другарувањето со девојче. Пријателот нема никогаш да те предаде, да ги открие твоите тајни, ќе те заштити...

- Може да има и такви случаи, но јас не знам ниту еден. Знаам многу случаи кога односот меѓу младич и

девојка, (зашто не разговараме за мали деца, нели?) започнал како пријателство, чисто и благородно, а потоа прераснал во љубов, која, како што знаеш, е поврзана со многу искушенија.

- Па нека има искушенија, кога не може поинаку! Мене што ми е!

Мајката избекумено ја погледна Кате и таа се вцрви.

- Ти, Катенце, што зборуваш?

- За Стефан од десетиот клас. Тој ми се јавува понекогаш. Ми се чини дека би можеле да бидеме добри пријатели. Неодамна работевме во дворот на училиштето, го чистевме снегот. Тој сам дојде, иако неговиот клас не требаше да учествува во чистењето, и место мене, го исчисти целиот мој дел! И потоа, забележувам дека меѓу часовите, стои некаде до прозорецот со рацете в цеб и ме гледа. Девојчињата велат дека му се допаѓам.

- А ти, што правиш?

- Ништо. Се смеам со девојчињата. Нека гледа, тој не ми се допаѓа. Јас и самата погледнувам кон него за да видам дали уште гледа или се свртел. Еднаш, со Софија одевме по ходникот фатени под рака, минавме покрај него и јас одеднаш се свртев. Ни се сретнаа погледите и ми стана некако непријатно... А кога тој го исчисти снегот место мене, сите девојчиња ми завидуваа...

- Мамичке, ти зошто се загрижи? Мене тој воопшто не ми се допаѓа, рамнодушна сум кон него. Јас едноставно мислам дали би можеле да бидеме пријатели...

- Мислам дека тоа е невозможно. Не ме обеспокојува друго, освен тоа што не знам дали правилно се

однесуваш. Ми се чини дека те заведува вниманието на тој десетооделенец и ти малку се перчиш кога те гледа. Си разменуваат погледи, му ги примаш услугите...

Кате се збуни.

- Се грижам поради тоа, - продолжи мајката, - што твоето расположение ми изгледа лекомислено. Му кажа ли, за тие погледи, на свештеникот на исповед? Девојчето треба да биде многу, многу воздржано кога гледа дека му се допаѓа на некое момче, на младич. Нели, не сакаш во неговото срце да оставиш крвава рана? Тоа е голем грев. Најмногу од сè, внимавај твоето однесување да не биде соблазнително. Не заборавај што зборува Евангелието за тие преку кои доаѓаат соблазните во светот! Зар не разбираш дека Стефан може да ги прими како знак за отворен интерес за него? И што потоа?

- Мамо, па зар тие искушенија се неизбежни?

- И тоа како се неизбежни, кога не станува збор за светители, туку за обични луѓе. Проблемот е во тоа што меѓу момчињата и девојките постои природна заемна привлечност, предизвикана дури и само поради тоа што припаѓаат на различни полови. Таа привлечност треба да заврши со законски брак, т.е. венчавка во црква, сопружничка љубов и раѓање деца. Но сè додека девојката и младичот немаат достигнато брачна зрелост, рано е да размислуваат за брак. Затоа, ако сакаат да го запазат целомудрието - не само телесната туку и душевната чистота - подобро е да бидат на безопасна оддалеченост еден од друг, да не комуницираат претерано често, долго и блиско.

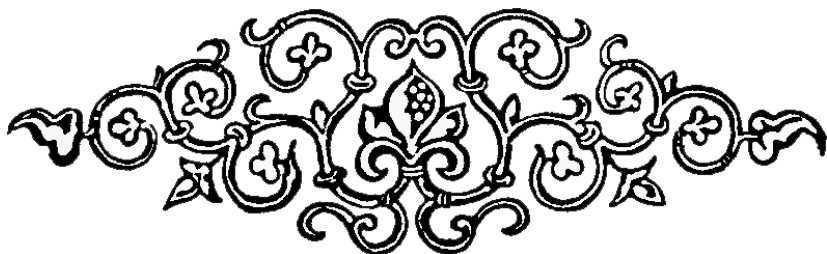
Во минатото, дури и свршениците, кога прашањето за брак веќе било решено, не се чувале напразно од блиско општење меѓу себе. Не им било дозволувано

ниту да се видат насамо. Сега, се разбира, времињата се поинакви. Девојките и младичите од нецрковна средина се однесуваат многу слободно, се лишуваат од целомудрие и стануваат како животни, робови на плотската страст.

Јас не зборувам за тебе, се разбира. Сигурна сум дека кога ќе пораснеш и посакаш да стапиш во законски брак, твојот избраник, твојот иден сопруг, ќе биде христијанин како тебе, член на Православната Црква. Во споротивно, нема да бидете едномислени, еднодушни, затоа што токму тоа е основата на семејната среќа, а не само заедничкото живеење, општиот начин на живот, плотските односи.

Мајката го погледна часовникот и извика:

- Ама се расприкажавме јас и ти! Баба ти сега ги мие садовите наместо нас и ги заспива децата!



РАЗГОВОР IV

Тешка тема за писмениот состав. Пред каков избор сиот секој човек. Тесниот и широкиот пати.

Избор на лекарска професија. Што значи „исцеление.“ „Жената не може да биде добар специјалист.“ Како жали што не се родила како маж. Сите големи луѓе се родени и воспитувани од жени. Значењето на жената во семејството.

Зошто велат дека „сето зло на земјата е од жението.“ Од нив излегува и злото и доброто.

Зошто ѝ е потребно образованието на жената.

Творечките способности на жената и мажот.

Вишото творење на човекот е работата над себеси.

Како православната христијанка се бори со сирасието. За жението е ошворен патиот на апостоолско-

што служење. Патиот на спасението и патиот на совршенството.

Решението да се живее во манастир. Кој пати ќе го избере Каширина...?

Помина студената зима. Сонцето веќе ја затоплуваше земјата, напомувајќи дека наскоро сè ќе раззелени, ќе оживее... За Кате таа година беше особено важна. Прво, таа веќе го завршуваше седмиот, последен клас од музичкото училиште, и многу вежбаше, подготвувајќи се за испитот на својата струка. Второ, завршуваше осми клас во општо-образовното училиште и наскоро требаше да одлучи дали да продолжи во средно училиште или да се подготви за пријавување во

медицинското училиште. Од есента, минатата година, таа заедно со мајка си одеше во болница, се грижеше за болните (иако мајка ѝ не ја земаше со себе секоја недела, туку само два-три пати во месецот) и ѝ се чинеше дека ја напла работата со која во иднина би можела да си го поврзе животот. Таа сакаше да заврши училиште, да поработи како медицинска сестра, а потоа да се запише на факултет и да стане детски лекар...

Родителите, општо земено, ја одобруваа нејзината одлука. Но, кога се обратија кај свештеникот за совет, тој изрази сомневање: „Токму тоа ли ѝ е потребно? Дали е тоа нејзиниот пат?“ - предложи да размисли уште малку и да се помоли. Кате и самата не беше сигурна во ништо, нејзиниот избор не беше конечен. Таа се уште размислуваше. Затоа, кога за домашна работа ѝ дадоа да напише состав на тема - „Изборот на животниот пат“, девојчето кое обично лесно и со задоволство ги пишуваше составите, се најде во мошне тешка положба. И репи да се советува со мајка си.

- Мамо, - рече таа влегувајќи во кујната, - ни дадоа да напишеме состав на тешка тема. Не можам да смислам што да напишам. Темата е: „Изборот на животниот пат.“

- Зар е тоа тешка тема? - се зачуди мајката.

- Ама ти знаеш дека јас уште ништо не сум одлучила. Само размислувам, размислувам...

Ете, составот ќе ти помогне да ги разгледаш сите варијанти, да си ги подредиш мислите... Всушност, нели составот не е исповед и не е потребно да ѝ ги кажуваш своите планови на учителката и да си ги откриваш помислите. Составот е само една говорна вежба. Притоа, погледни како е формулирана темата - спо-

ред мене многу коректно. Не е речено „Мојот избор“ или „Мојот животен пат“, туку едноставно, воопштено, „Изборот на животниот пат.“ Значајно! И многу интересно.

-Така мислиш? - со сомневање рече девојчето. - И што може да се напише тука?

-Се откриваат богати можности за интересно размислување, - зборуваше мајката, продолжувајќи да лупи компири и со гест ја покани Кате да ѝ помогне.

- Прво, самиот збор „избор“ наведува на размислување. Јас би напишала дека човекот секоја минута од животот стои пред некаков избор, само што не пред избор на професија, туку пред изборот меѓу доброто и злото, меѓу добродетелта и гревот... Воопшто, би пишувала не за професијата, туку за животот... „Животниот пат“ може да се разбере различно. Нели темата е слободна?

-Да.

-Добро, тогаш. Би можела да напишеш дека човекот избира во текот на целиот живот. А зошто? Затоа што е даруван со слободна волја, за разлика од сите други Божји творенија...

- Потоа би продолжила за основниот избор на животен пат... во принцип, можни се само два пата. Знаеш ли кои?

На Кате ѝ беше тешко да одговори. Мајка ѝ самата одговори на своето прашање:

- Има тесен пат. Има и широк пат.

- А, да! - Кате се зарадува кога се сети на евангелскиот пример. Многу ѝ се допаѓаше насочувањето на мајчината мисла. Таа се трудеше ништо да не пропушти.

-Тесниот пат, се нарекува така зашто да се оди по него е незгодно и тешко. Тоа е животот според Божјите заповеди. Во Евангелието се вели дека тој пат нè води во вечниот живот, во Царството небесно. Сите христијани кои го сакаат спасението одат по тесниот, стрмен пат. Некои самите застануваат на него. Тоа се подвижниците кои избрале воздржание во сè, добро-волна сиромаштија, смирение пред Бога, пожртвувано служење на ближните.

Зошто е тежок тој подвижнички живот? Затоа што е исполнет со постојано самопринудување. Ти самата знаеш дека дури и за делата што ги правиме од љубов и за помош на најблиските - за миењето на садовите, чистењето, приготвувањето храна итн., треба самопринуда. Дури и за да дадеме милостина на сиромашните, треба да се принудуваме. А што е со стоењето на долгите богослужби? Или, пак, со намерата рано да стануваме за да се молиме? Сето тоа бара самопринуда. Човек доброволно, слободно и свесно го избира тој пат. А тие што немаат решителност да го изберат - Господ ги спасува... Се секаваш ли како?

- Се секавам. Со неволните искушенија. Со своите посети преку болести, лишувања и беди.

- На тој начин, - заклучи мајката, - тие луѓе, исто така, се наоѓаат на спасителниот пат. Но тие имаат и слобода на избор. Тие можат и да се озлобят, да почнат да роптат против Бога во своите маки, да им дадат слобода на страстите на завист, гнев... но можат и обратно, со доаѓањето на страданијата да речат: „Господ ме посетил, не ме заборавил. Бог го казнува тој што го сака. Слава Му на Бога за сè!" Ете ти „избор на животен пат."

- Ти сметаш дека сето тоа може да се напише во составот?

- А зошто да не? Само треба да пишуваш едноставно и јасно, без богословски термини, со конкретни примери...

- Мамичке, ти како да не ја познаваш нашата учителка! Таа може да ме „зајаде“ дека „темата е недоразвиена.“ Во суштина, се разбира, таа нема да е во право. Но не може да ѝ се објасни тоа, да ѝ се докаже. Иако во насловот на темата нема ниту збор за професија, социјална положба, семејство, треба да станува збор токму за тоа, така ни рече учителката.

- Е, што ако! Можеш да напишеш за професијата на лекарот.

- Тоа е здодевно...

- Воопшто не е, ако сакаш да ги отфрлиш многубројните општи фрази за „луѓе со бели мантили“, и да вникнеш подлабоко. На пример, да го разгледаш поимот „исцеление.“ Што значи да се исцелиш од некоја болест? Самиот збор кажува - да станеш целосен, комплетен. Телесните болести, како што знаеш, најчесто се последица на гревовите. Душата е ранета од гревови, телото од болести, а и меѓу телото и душата нема единство и согласност. Исцелението значи не само избавување од болестите на телото, туку и од душевните немоќи. Се сеќаваш ли, од Евангелието, кога Господ откако ги исцелил болните, им заповедал да не грешат повеќе? Затоа што гревот и болестите заемно се поврзани. И лекарот христијанин треба тоа да го разбира. Тој, пред сè, треба да знае дека само Господ исцелува, и кога ги приложува средствата на медицинската наука треба да се обраќа кон Него со молитва за исцеление на болниот. Тој задолжително ќе го посоветува својот

пациент да оди на исповед и да се причести со Светите Христови Тајни. И верувај ми, честопати тоа е доволно за болеста да отстапи. Освен тоа, кога зборуваме за лекарската професија, можеш да пишуваш и за милосрдieto како христијанска добродетел. Можеш да ги споменеш светителите кои не се гнаसेле со своите раце да ги мијат и да ги преврзуваат гнојните рани на болните... Можеш да го споменеш светителот Лука Војно-Јасенецки, познатиот професор хирург, кој, исто така, бил и подвижник на благочестието и исповедник на верата...

- Мамо, па тоа ќе биде состав за неделното училиште, а не за редовното! Едноставно, нема да ме разберат!

- Тогаш што да правиме? - се збунува мајката.

- И јас самата не знам. Едноставно, не сакам да размислувам за ништо, да мечтаам за некакво служење на луѓето, за подвизи на милосрдieto, за потребната професија. Знаеш ли за што размислувам во последно време? За тоа дека жената во некои области на науката и општествениот живот не може да биде добар специјалист. Таа не е способна за ништо сериозно. Посветена е на еден единствен пат и друго нема. Тоа е домот, домаќинската работа, вечната кујна, детските болести, материјалните проблеми...

Всушност, мојата пријателка Софија на тоа гледа многу трезвено. Таа смета дека изборот на животниот пат кај неа веќе се случил во моментот кога се родила како девојче. Таа и во составот сака искрено да напише, дека по завршувањето на училиштето ќе се потруди да се омажи за богат туѓинец или нов богаташ, за да стане светска дама, домаќинка во домот, и да има прислужници... Таа, се разбира, се надева да роди деца,

па дури смислила и имиња... Смета дека за жената нема друг пат, ако сака да остане чесна жена. Тоа е сè. И мене ми се чини дека за многу работи е во право.

Знаеш ли, мамо, понекогаш ми е понижувачко што сум се родила како жена, а не како маж. Ама навистина! Можеби моите зборови ќе ти изгледаат глупави и смешни, но погледни колку направиле мажите - меѓу нив има и големи подвижници, и големи интелектуалци и инжињери, и градежници, и големи писатели и поети, и големи композитори... Самата пресуди дали има многу генијални жени во светот. Ако погледнеме, ќе видиме дека огромните згради, храмовите, кулите, спомениците и мостовите се изградени од мажи... Сите географски откритија се направени од мажи... И воопшто... Дури не можат да се избројат тие големи дела што ги имаат направено... Што се потсмевнуваш? Ти се чини глупаво, нели?

- Не, напротив. Мислам дека сите девојчиња минуваат низ таа желба да бидат мажи, а не жени. Сакам да ти одговорам: ќе почнам од тоа дека незадоволството од состојбата во која си роден, исто така, е грев, бидејќи на тој начин роптаме, и за тоа треба да се покаеме. И навистина, мажите имаат широко поле на дејност, но сепак нивната дејност не е на повисоко ниво од трудот на жената. Ти се восхитуваш на огромните згради, кули, мостови - сето тоа го изградиле мажите. Исто така, тие пловат по морињата, управуваат народи, ги откриваат законите на природата, пишуваат книги и прекрасна музика... Ќе прашаш, кои дела се поголеми од тие? Ќе ти одговорам дека поголемо дело од сите тие дела се луѓето што ги извршуваат истите. А кој ги направил тие луѓе толку големи? Многу за нив

направило воспитанието што им го дале нивните мајки.

Изгледа како да не е којзнае колку големо делото што се извршува во детската соба, каде што расте детето. А во тоа време, тука започнува неговата подготовка за сè што е големо или мало, лошо или добро, кое тој ќе го изврши во својот живот.

Во целиот свет, во секој дом, и дење и ноќе, жените се грижат за момчињата и девојчињата, ги воспитуваат, се трудат од нив да направат добри луѓе. Може ли да има поголемо дело од тоа?

Можеби мајката не ни помислува дека прави големо дело, зашто е многу зафатена со своите грижи! Можеби тие ја истопштуваат и таа не им придава големо значење. Таа можеби мисли дека дејноста на мажот е многу поважна - секој ден тој излегува од дома, се среќава со други луѓе, секој ден стекнува ново знаење и ново искуство. А таа цело време ги мие садовите, ги мести истите кревети, ги пере алиштата, ги мие истите детски лица, рачиња и ноџиња, сето тоа ден за ден, месец за месец - толку здодевно, еднолично! Но само така изгледа. На мајката, особено во големото семејство, сите денови ѝ се различни, ниту еден не личи на претходниот...

Освен придонесот за животот во домот, жената има и уште едно големо дело - да го украси животот на своето семејство, да го направи радосен и среќен. Ако таткото и мајката се на работа од утро до вечер, и кога ќе се вратат се уморни, животот во таквото семејство ќе биде тажен. Но домаќинката на домот, колку и да е зафатена со вообичаените грижи, секогаш ќе најде минутка за да помисли на домашните радости. Кога ќе избере погодно време, или ќе организира интересна

прошетка, или ќе покани гости, или ќе испече вкусен зелник, или ќе смисли уште нешто интересно. Љубезниот и добар карактер на домаќинката е нејзиниот најдобар украс. Добриот збор, благата насмевка, како и искрената сочувствителност, можат и најбедниот дом да го претворат во многу пријатно катче, каде што секој ќе се чувствува среќен...Многу, многу, Катенце, зависи од жената сопруга, мајка и домаќинка во домот!

- Мамо, но некои сметаат дека од жената произлегува големо зло. Јас чув како еден старец од парохијата му велеше на друг човек: „Сето зло на земјата е од жените.“

- Кога верниците зборуваат така, тие очигледно сакаат да кажат дека гревобаѓањето на Адам станало преку Ева. Таа му предложила да го вкуси забранетиот плод од дрвото за познавањето на доброто и злото. Откако се соблазнила и се предала на ѓаволското искушение, Ева го соблазнила и својот маж, и како резултат на тоа, во светот дошол гревот, а следствено со него - смртта. И сега често се случува жената со своето соблазнително, лошо поведење да го искушува мажот, како без зборови да му предлага да изврши грев. И тоа се случува дури и меѓу тие што се во развој. На пример, момчето никогаш нема да си дозволи неформално, слободно однесување со девојче што е сериозно и целомудрено. Ти, се разбира, самата си забележала дека пред некои девојчиња, момчињата не си дозволуваат да зборуваат нецензурирано, не раскажуваат непристојни вицови и разни недолични приказни. Тоа е така затоа што до вистински целомудреното, чисто девојче, постојано стои нејзиниот Ангел чувар, и момчето чувствува некаква внатрешна забрана, како некој да му вели: „Не може..., не може да се зборуваат од-

вратни работи, да се исмејува, да се наметнува." Но, има и девојчиња на кои тоа им се допаѓа. Тие се смеат распуштено, одобрувачки гледаат на сквернословие, а некои, пак, на момчињата им одвраќаат со иста мера, пушат заедно со нив и се однесуваат мошне распуштено, нецеломудрено. И се случува нивното однесување да е соблазнително за луѓето наоколу, ги предизвикува на грев и секакво зло. Јас ти зборував за однесувањето на девојчињата што се во раст, но тоа се однесува воопшто и на сите жени.

Кога мажот ќе направи нешто порочно, луѓето често велат: „Барајте ја жената." Со тоа сакаат да кажат дека мажот извршил лоша постапка под влијание на некоја жена или едноставно заради неа. Можеби тоа е неговата сопруга, која претерано, многу пари троши на забави и тој стигнал до нечесни дела за да ги задоволи нејзините каприци. Можеби тоа е омиленото девојче на кое му носи прескапи подароци, кои не може да си ги дозволи. На крајот, можеби тоа е некоја друга порочна жена која го свртела кон зло.

Многу зла произлегуваат од жените, но доброто е многу поголемо. Кога мажот се стреми со сопствени сили да успее во животот и е пристоеен, добар, смел, трудољубив, во тој случај, исто така, треба да ја бараме жената, затоа што со сигурност и на тој човек влијаела некоја жена.

Најверојатно, тоа била неговата мајка која го воспитала да постапува правилно, прво во малите работи, а потоа и во сериозните.

После мајката, најсилно влијание врз мажот има неговата сопруга. Влијанието на мајката е во детството и младоста, кога се изградуваат навиките и сфаќањата за доброто и злото. Жената влегува подоцна во

неговиот живот, во зрелата возраст, кога човек е заобиколен од секакви искушенија, кога понекогаш ослабува во борбата, кога неговите духовни сили се ставаат на жестоки испитувања. И во тоа тешко време од животот, добрата сопруга го охрабрува, поткрепува и му дава нови сили.

Но зошто, тогаш, жената треба да оди на училиште, на факултет, да стекнува високо образование? За да роди деца и да ги воспита, да му биде поткрепа и утеха на својот маж, да го украсува животот на семејството, може одлично да го прави сето тоа и без да знае биологија, астрономија, алгебра итн. Најважно е таа самата да биде цврста во верата, трпелива и верна сопруга... Да ги учи децата на добро, да ги води во црква, да ги поучува во добродетелите.

Да, тоа, се разбира, е најважното. Но и научните знаења на жената и мајката не се излишни. Ќе ти кажам врз основа на моето лично искуство. Јас се омажив за татко ти на 22 години, кога завршив факултет. Меѓу другото, бев многу примерна и способна студентка, дури добив и „златна“ диплома, т.е. дипломирав само со десетки. Ми претскажуваа научна кариера. Но откако се омажив, работев на струката помалку од три години, а потоа засекогаш се збогував со науката, затоа што се појавија проблемите со твоето здравје. Оттогаш јас ниту еден ден не сум работела во некаква организација или претпријатие, додека моите колеги завршија постдипломски студии, публикуваа статии во научниот печат, стекнаа научни титули...

Прашањето е: - Зошто сум учела толку години кога знаењето воопшто не ми било потребно во животот? Така размислуваат моите поранешни колеги. Са-

мо што, јас не сметам дека знаењето не ми било потребно.

Многу е важно мајката да биде мудра, образована (и во световна смисла), да умее да им објасни на децата како е устроен светот, врз какви закони. А кога децата ќе тргнат на училиште, мајката ќе им помага да учат. Се секаваш ли, колку пати ти и твоите пријатели ме прашувавте за помош, за да решите некоја тешка задача? Или да направите граматичка анализа на реченицата? Или, пак, да напишете состав? И во први клас, и во петти, и во осми...

Затоа учи, стекнувај различни знаења, и никогаш нема да се вцрпуваш пред твоите идни деца, признавајќи дека во минатото си била лоша ученичка. Тие не само што ќе те сакаат, туку и ќе те почитуваат...

Високото образование, притоа, дава корисни навики и умеења за стекнување на знаења. Образованиот човек умее да го користи секој прирачник, секоја книга. Дури и без да има специјални знаења, тој ќе може да ги добие потребните информации, зашто знае каде да ги бара.

Навиката да учам ми беше многу корисна кога почнав сериозно да ги читам светите отци. Јас умеев да го одделам важното од второстепеното, да водам концепт, да правам кратки извадоци, да ги користам упатствата во книгите...

Ете, Кате, колку е важно девојчето добро и грижливо да учи. И знаењата и навиките што ги стекнува во процесот на учењето, никогаш нема да бидат излишни. Таа ќе им го пренесе, тоа што е најдобро, на своите деца кога ќе дојде времето.

- Мамо, тоа за кое ти зборуваш, како да се однесува за другите, за мажот, за децата, за целото семеј-

ство. Но ти самата знаеш дека самата жена не се развива како личност! А мажот се развива. Види колку повисоко стои мажот во творечкиот однос! Меѓу жените има големи поети, но тие буквално се нула во однос на целата историја на човештвото! И уметници и композитори жени нема. Значи, жената е лишена од творечки способности?

- Какви творечки способности? Да пишува стихови? Да ги открива законите според кои постои светот? Но размисли дали сето тоа е толку важно за крајната цел на нашиот живот - спасението на душата. Ми се чини дека физичката работа е многу покорисна отколку умствената, или како што ти велиш, од творечката. Спореди го животот на скромната медицинска сестра со оној на поетесата или жената интелектуалец. Ако физичката работа првенствено ги занимава рацете, оставајќи го умот слободен во значителен степен и недопирајќи го срцето, тогаш умствената работа го поробува целото човечко суштество: и рацете, и умот и срцето. Кому му е полесно да се моли и да мисли на Бога - на шивачката или на поетесата? На поетесата умот и срцето постојано ѝ се зафатени со пишување на стихови. А секој интелектуалец, ако сака да постигне успех во својата дејност, треба непрекинато да се усовршува, да ги следи најновите откритија и постигнувања во определена област, да ја следи дејноста на колегите... Животот на таквиот интелектуалец е лишен од одмор, тој нема време кога да застане, да ја одмори својата душа, да се сети на Бога... Како и секое богатство, богатството на научното познавање го оттргнува срцето на христијанинот од Бога.

А како што знаеш, човечката слава не вреди ништо. Во Евангелието се вели: „Она што е големо

пред луѓето, мерзост е пред Бога." И нема ли да биде така: што ако некој писател или композитор, кого современиците го фалат, го нарекуваат „голем“ и „генијален“, и го овенчуваат со венци и ореоли, по својата смрт отиде во огнената геена? Или ќе го фалат по неговата смрт, а на него, како несрекен осуден грешник, повеќе од сè, му е потребна молитвата за упокојување на душите...?

Така што, не треба да им завидуваме на мажите, кои реално се поспособни од жените за умствена, творечка дејност.

Можеби Господ на тој начин ја заштитува жената од многу искушенија и соблазни. Ја чува, затоа што нејзината главна улога во животот е мошне значајна - раѓање и воспитување на децата.

Инаку, сакам да ти кажам дека во однос на вишото творештво, на кое човекот е способен, жената во ништо не е подолу од мажот.

-Какво е тоа „вишо творештво“?

-Тоа, Кате, е работата над себеси. Тоа е духовното растење на христијанинот, кој се бори со душевните страсти. На пример, православниот маж или жена, момче или девојче, кога бдее над себеси и забележува дека често им завидува на другите, сака другите да го фалат, сака да спори и да победува во споровите, разбира дека во неговата душа се вгнездила гордоста. Тој си вели: „Гордоста е таква страст со која никогаш нема да влезам во Царството небесно. Треба со Божја помош полека да ја искоренувам од душата.“ А како да се направи тоа? На тоа прашање одговараат многу свети отци - страста се искоренува кога на нејзино место се вкоренуваат спротивните на неа добродетели. А која

добродетел ѝ е спротивна на гордоста? Смирението. „Блажени се бедните по дух...”

И ете така, христијаните се трудат да ја придобијат добродетелта на смиренито. Како се прави тоа, објаснуваат светите отци. Од почеток се учиме да не возвраќаме на навредите, со молчење да ги поднесуваме навредите. Замисли си дека некој на глас те обвинува пред други луѓе, а притоа те обвинува несправедливо. На пример, едно од девојчињата изјавува: „Катерина сака да наслушнува туѓи разговори.” Како би реагирала ти тогаш?

Кате широко ги отвори очите, и се насмевна неситурно:

- Јас, се разбира, ќе негодувам. Би рекла: „Што зборуваш? Или умот си го загубила.”

- Ти така би рекла, а и јас, најверојатно. Но ако на твое место е девојката што сака да ја победи страста на гордоста, таа ќе се смири. Таа ќе премолчи, нема да возвраќа на несправедливото обвинување.

- Можеби таа би премолчела, мамо, но во душата би ѝ се кренала голема бура!

- Што да се прави - човекот е немоќен. Ќе се дигне бура од револт, но тоа што таа девојка не дозволува бурата да излезе надвор, да излезе во гнев, дури и самото тоа, покажува дека христијанката работи над себеси, се бори со страста. А на тие, што вложуваат напор и Бог им помага. На првиот степен од духовното растење, таа христијанка можеби и ќе се вознемири во духот, но ќе го победи гневот. А следниот пат кога ќе Му се помоли на Бога, таа внатрешно ќе остане спокојна. Светите отци велат дека за сочувување на душевниот мир при несправедливо обвинение, помага покајната мисла за нашите гревови.

- Како тоа?

- Да се вратиме на девојката христијанка која решила да се бори со гордоста. Ја обвинуваат: „Таа сака да наслушнува, таа сака да прави сплетки..." итн. А христијанката го слуша тоа и си мисли: „Господи, тие што ме обвинуваат ја знаат мојата друга страна - гордоста. Дека се превознесувам над сите, дека не сакам да се смирувам... А нели гордоста е многу полоша од она за што ме обвинуваат..." Кога христијанката ќе се укори на тој начин, нема да им се лути, во својата душа, на оние што ја навредуваат и постепено ќе стекне вистинско, а не лажно смирение...

- Е, тоа е многу тешко, - замислено рече Кате. - Ми се чини дека и оправаното обвинување е тешко да се поднесе со молчење, веднаш посакувајќи да обвиниш со одговор. А што да зборуваме за неоправданото!

- Се разбира, тешко е, многу е тешко. Но тоа е творештво, највисокото творештво за кое е способен човекот, за кое тој е создаден. И да пишувајќи стихови е тешко, и да цртајќи слики е тешко, и да си интелектуалец е тешко, но само спореди ги резултатите на едното и на другото творештво. За тоа колку чини трудот на многу композитори и писатели, ние веќе зборувавме. Но трудот на христијанинот подвижник, кој ги победува своите страсти, самиот Господ го овенчува со златен венец! На тој начин, човекот искачувајќи се сè повисоко на духовната скала, се уподобува на Бога - станува *йрејодобен*.

И во тоа, Катенце, жените не се ништо подолу од мажите - ним им е откриен истиот пат, ги чекаат истата борба и истите венци во Царството небесно.

- Но жените не можат да бидат свештеници, да Му принесуваат на Бога бескрвна жртва во храмот... Барем не кај нас, православните....

- Меѓутоа, апостолското служење им е дадено и на жените. Жените мироносици први дознале за Христовото воскресение. Тие не се уплашиле, туку со благодарност отишле кај Господовиот гроб. А потоа, и на учениците им раскажале за воскресението на Учителот, а тие се посомневале, не поверувале... Жените изгледаат толку слаби, немоќни, а во верата честопати се покажуваат посилни од мажите. Види колку жени има во храмот за време на богослужбата! А за време на гонењето на Црквата, жените вернички пројавиле чудеса од мажество и храброст, дури и херојство. Ги напуштале своите пријатни живеалишта и сигурниот живот и ги следеле своите духовни наставници, епископи и свештеници во затвореништво, со нив ги споделувале годините на прогонство и лишувања, ублажувајќи го со својата грижа, горчливото искуство на гонетите. Колку православни баби ги крстиле своите внуци кришум од мајките и татковците! Како се молеле за православните војници за време на војната!

И денес, Катенце, жените се повикани на апостолско служење, да му сведочат на светот за Вистината. Да сведочат не само со зборови, поуки, воспитување на децата во верата, туку и со целиот свој живот...

Мајката замолча за кратко.

- Катенце, - се сврте кон ќерка си, - јас и ти разговаравме за изборот на патот... Па ете и ова, исто така, е избор на животниот пат - кому да му служиш - на Бога или на светот? На кого и на што да ги посветиш сите свои сили и способности? Што да ти биде главна цел во животот?

Уште еднаш ти повторувам дека човекот е слободен да избира. И таа слобода е голема одговорност врз неговите плеќи. Но тој, кој безусловно ги избира служењето на Бога и спасителниот пат на борбата со страстите, чекори само по тешката, тесна и неудобна патека, по која малкумина минуваат...

- За што зборуваш, мамо? Зошто да си го усложнуваме патот, кој и без тоа е доволно тежок?

- Патот на спасението е отворен за сите, без разлика на професијата и положбата во која се наоѓа човек. Но за некои христијани тоа е малку - тие го бараат христијанското совршенство... Кажи ми, дали се сеќаваш што му вели Спасителот на богатиот младич, што треба да направи за да достигне совршенство?

- Тој вели: „Ако сакаш да бидеш совршен, продај сè што имаш, земи го својот крст и оди по Мене..." Но младичот не можел...

Тоа значи, отфрли го целиот свет, не поседувај ниту богатство, ниту семејство и оди по крстообразниот пат, патот на страданијата на Спасителот. Тоа е монашкиот пат. Откажување од богатството, од сопственоста и од бракот, т.е. целосно чување на целомудрието - ете која е основата на тој подвиг. Монасите уште се нарекуваат и *иноци*, со тоа потцртувајќи дека се разликуваат од сите, дека се *различни*, дека не се од овој свет. Тие Му служат само на Бога и се молат за грешниот свет. Тоа, Кате, е високиот пат, ангелски... Пат за малкумина.

Се разбира, и семејниот живот е спасителен. Во семејниот живот христијаните, а особено жените христијанки, треба да пројавуваат воздржание, отстапување, смирение и трпение. Семејниот живот е добро училиште за воспитување на самопожртвуваност. Раѓање-

то на деца е средство за спасение на жената. Во семејството, децата стекнуваат христијанско воспитание.

Но, сепак, монашкиот живот е на повисоко ниво. Тоа е патот на христијанското совршенство. Не напразно монахињите се нарекуваат *невесѝи* - не нечии други, туку *Христѝови*. Христови невести...

Знаеш ли, Кате, дека одсекогаш сум сакала некој од вас, моите деца, да тргне по тој пат. Загледувајќи се често во вашите лица, набљудувајќи го вашето однесување, јас си мислев: „Кој од нив би посакал да оди во манастир?“ Затоа што не секому тоа му е дадено во душата и според силите.

Идниот монах треба да сака да се моли, треба да живее со молитвата. И ми се чини дека желбата кон монаштвото, како што читам во многу житија на преподобни светители, треба да се пројави уште од детството... Иако може да биде и поинаку.

Кон крајот на минатиот век, во градот Елц, живеело семејството на еден трговец. Во него имало многу деца. Мајката, многу благочестива жена, во младоста сакала да оди во манастир, но родителите ја омажиле. И ете, еднаш таа им зборувала на децата за својата желба и дека тоа што таа не можела да го исполни, ќе го оствари некое од нејзините деца. Еден од нејзините синови - весело, живо момче, дури и палаво - ѝ одвратил на мајката:

„Види каква си, сама не си отишла, а нас нè тераш во манастир!“ Мајката замавнала со рака: „Токму од тебе, неранимајко, јас и не го очекувам тоа...“ Но тоа момче подоцна станало монах - и не само монах, туку и познат духовник и старец во Москва! Тоа бил архимандритот Георгиј Лавров, кој во дваесеттите години живеел во Даниловскиот манастир и кој подоцна

станал исповедник на верета и маченик... Така што, ние не ги знаеме патиштата Господови. Кој знае, можеби Божјата благодат ќе го допре и твоето срце и во него ќе се разгори желба за христијанско совршенство....?

Би сакала, ќеркичке, да размислиш и за тој пат. А претставата за манастирскиот живот да не ти биде како од книга, мечтателна.

Знаеш што...? Да разговараме со татко ти, да земеме благослов од свештеникот и за време на летото барем две седмици да поживееш во манастир!

- А, што ќе правам таму?

- Ќе ти дадат послушание во кујната, или да го чистиш храмот, или во градината. Ќе учествуваш со сестрите монахињи и со послушничките во манастирските богослужби, можеби ќе благословат да пееш и во хорот... Ќе поживееш манастирски живот.

- А, во кој манастир?

- Добро би било да се оди во Дивеево, кај преподобниот Серафим! Нашиот свештеник добро ја познава таа обител, често оди таму, сите ги познава. Ќе го замолиме да ѝ испрати писмо на мајката игуманија... Само што, не е добро да бидеш сама...

- Мамичке, а да одиме заедно со Магдалена?

- Многу би сакала. Подобра сопатничка не би можеле да ти најдеме! Јас уште денеска ќе и се јавам на мајка ѝ на Магдалена, со неа ќе поразговараме за вашето заминување... Некој од нас, или таа или јас, ќе ве придружува до Дивеево и ќе ве остави таму сами. А потоа ќе дојдеме и ќе ве земеме дома... Би сакала ли да поживееш во манастир?

- Многу!

- Значи, сè е во ред. Слава Му на Бога. А таму -

што даде Бог... Јас, сепак, мислам дека твојот пат не е монашки, туку семеен. Би сакала да те видам како мајка на големо семејство...

Гледаш ли колку сме вредни јас и ти - колку брзо ги приготвивме и вечерата и ручекот за утре!

Катерина си ги изми рацете и отиде во собата на баба си да го пишува составот. Таа не сакаше да составува планови и вообичаено пишуваше без план...

Кога ја отвори тетратката, девојчето внимателно ја напиша првата реченица: „Секој човек понекогаш размислува за изборот на својот животен пат... ”

Не знаеме кој пат ќе го одбере Катерина, дали ќе стане сопруга и мајка, или ќе се вброи во редот на избраните девици, *Христовиите невесџи*... Тоа сè уште ни самата не го знае. Не знае ниту нејзината мајка која неуморно, дење и ноќе, Му се моли на Бога да ја упати нејзината ќерка кон спасението, да ја запази од искушенија и соблазни. Да има помалку тешкотии, иако и тие се неопходни и спасителни....

Може да се каже само едно, - Катерина никогаш нема да ги заборава тие душекорисни беседи, што нејзината мајка, без да го жали времето и силите, ги водеше со својата ќерка... И можеби во „некој тежок момент во животот“, споменот на мајчините поуки ќе се покаже за неа како спасително прибежиште во бурното море на животот...

Крај и на Бога слава.

The first part of the paper discusses the importance of understanding the cultural context of the research. It highlights the need for researchers to be sensitive to the values and beliefs of the communities they are studying. This is particularly important in the field of education, where cultural differences can significantly impact learning outcomes. The paper then moves on to discuss the challenges of conducting research in culturally diverse settings. It notes that researchers often face difficulties in finding appropriate research methods and in interpreting the data they collect. To address these challenges, the paper suggests that researchers should adopt a more flexible and open-minded approach to their research. This involves being willing to learn from the community and to adapt their research methods as needed. The paper also emphasizes the importance of building trust and rapport with the community. This is essential for ensuring that the research is conducted in a respectful and ethical manner. Finally, the paper concludes by discussing the potential benefits of culturally sensitive research. It argues that such research can help to improve our understanding of the world and to develop more effective educational practices. It also suggests that culturally sensitive research can help to promote social justice and to empower marginalized communities.